N°7 - LUGLIO 2016 € 4,00

LA CUCINA ITALIANA

*Dal **1929** il mensile di gastronomia con la cucina in redazione*

80 NUOVE RICETTE

Mangia &bevi

PRANZI
E SPUNTINI
D'ESTATE
IN UN BICCHIERE

CETRIOLO SUPERSTAR
VARIAZIONI SUL CARPACCIO
INSALATE PIATTO UNICO
DAL MARE ALLA GRIGLIA

SOLARE
Succo di mango e peperone con pomodorini

REINVENTATA
Caprese al cucchiaio con gelatina aromatica

ISSN 1121-1504

GRANA PADANO

Aperitivi ed antipasti

Stagionato dai 9 ai 16 mesi, con un gusto delicato, morbido e poco persistente, è il Grana Padano ideale come aperitivo e per completare antipasti, insalate e carpacci. Ben si sposa a vini bianchi freschi e giovani.

OLTRE 16 MESI

Paste e risotti

Stagionato oltre i 16 mesi, si presenta con una struttura più granulosa, colore paglierino e un profumo intenso. Adatto ad essere grattugiato, nel delicato compito di mantecare e condire primi piatti e ripieni. Si presta ad abbinamenti con vini rossi morbidi e corposi.

OLTRE 20 MESI

Dessert d'autore

Il Grana Padano Riserva è il protagonista assoluto della tavola. I suoi sentori risultano evoluti, ricchi, intensi e persistenti al palato. È l'ideale per gli abbinamenti di fine pasto con mieli e marmellate. Si accosta a vini passiti e liquorosi e a rossi carichi ed invecchiati.

ILLY SOFT CAN E PULCINA ALESSI DESIGN MICHELE DE LUCCHI

Il primo avviso ai naviganti della rete è di andar prudenti. Provate a cercare "pappa al pomodoro". Numerosi siti ne danno la ricetta, poi, tentati dal blasone, la attribuiscono all'Artusi. Non lasciatevi irretire. Se si sfoglia l'indice de La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene *e si spulciano tutte le ricette che potrebbero riferirsi a una minestra simile, non se ne viene a capo. Della pappa al pomodoro non c'è traccia. Eppure, il banchiere gastronomo, anche se era romagnolo, abitava a Firenze, e figuriamoci se non conosceva questa tipicissima zuppa. No, l'ha scartata a bella posta, con tanti altri piatti per lui troppo poveri. Quei pochi che include si sente in dovere di giustificarli. Lo fa, per esempio, per la "Zuppa toscana di magro alla contadina" dicendosi persuaso che "sarà gradita a tutti, anche dai signori, se fatta con dovuta attenzione"… e non la chiama nemmeno col suo vero nome (sarebbe la base della celebre ribollita). Insomma, come notava con intelligente spirito critico Angelo Paracucchi, grande innovatore della nostra cucina e primo cuoco italiano che aprì un grande ristorante a Parigi negli anni Ottanta, all'Artusi mancano tante cose.*

A noi invece la cucina popolare piace *moltissimo. Bada alla bontà della sostanza, va dritta al cuore, e spesso non si cura della forma. E qui interviene Davide Oldani, che a pag. 44 divide sapori e consistenze, e con il pomodoro crudo da una parte e il pane dall'altra in forma di gnocchetti, ricrea il piatto e lo fa nobile, più fresco, più ricco con lamelle di seppia. Tradizionale e nuova, la pappa al pomodoro è la nostra bandiera dell'estate. Si mangia anche fredda, è saporita e sana (merito delle tante virtù del pomodoro, che il nostro nutrizionista racconta a pag. 116).*

Il suo più grande sostenitore *fu un ragazzino irresistibile, contemporaneo e concittadino dell'Artusi: Gian Burrasca, protagonista dell'esilarante* Giornalino *di Vamba. Gli arriva a mensa in collegio, rossa e profumata, un inno alla libertà dopo giorni e giorni di minestra di riso e perfide brodaglie. Al grido di "Viva la pappa col pomodoro", preparatevi ai giorni più caldi, e con divertimento e leggerezza cercate nelle prossime pagine le idee più fresche e invitanti: insalate di cereali, carpacci di terra e di mare, mangiaebevi di verdura e frutta, per finire col cetriolo. In cucina è spesso bistrattato e in passato fu perfino additato a simbolo della perdizione, forse perché è acquoso e di poca sostanza, e veloce nel riprodursi. Gli si riserva a mala pena qualche insalata ogni tanto. Ma col caldo è benefico: lo abbiamo perdonato e gli dedichiamo il dissetante servizio a pag. 46.*

Nei bei giorni di vacanza, *all'ombra di un albero o sotto l'ombrellone, riprendete in mano* Il giornalino di Gian Burrasca. *Il miglior contorno per la più simpatica delle zuppe italiane.*

Maria Vittoria Dalla Cia

PRONTI PER VOI
1 La nuova pappa al pomodoro di Davide Oldani (pag. 44).
2 La copertina de *Il giornalino di Gian Burrasca*, pubblicato per la prima volta nel 1912.

1

2

Il giornalino di Gian Burrasca

GIUNTI Junior

La filosofia che ci guida dal 1929

Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative!

Fotografie di Beatrice Prada

UN MONDO DI CUCINA

Ogni mese l'appuntamento è in edicola, ma ogni giorno puoi trovare **La Cucina Italiana** anche sul web, nel sito sempre aggiornato dove scoprire video, contenuti aggiuntivi e cercare tra migliaia di ricette! Su *www.lacucinaitaliana.it*

Per il numero di luglio puoi scegliere la copertina che ti piace di più

siamo

Digital

SOCIAL NETWORK Puoi interagire con noi attraverso i nostri profili sui social network Facebook, Twitter, Pinterest, Tumblr, Instagram.

LA COPIA DIGITALE Se ti piace sfogliare la rivista su tablet e smartphone puoi acquistare la copia digitale. Se ti abboni al giornale di carta avrai inclusa la copia digitale. Un bel vantaggio, non trovi?

e in più

Facciamo Scuola

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è a Milano in via San Nicolao 7, angolo Piazza Cadorna. Non perderti i nostri corsi di cucina, pasticceria, per bambini e anche in lingua inglese.
Segui i nostri eventi in tutta Italia e se hai un'azienda richiedi i nostri servizi: team building e gare in cucina.
Direttore: Emanuele Gnemmi
www.scuola.lacucinaitaliana.it

LA CUCINA ITALIANA
LA SCUOLA

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
Piazza Castello 27, 20121 Milano

LA CUCINA ITALIANA

QUALITY IS OUR BUSINESS PLAN

Ci accontentiamo semplicemente del meglio e creiamo i migliori prodotti editoriali. Per questo abbiamo La Cucina Italiana, da quasi 90 anni la guida più autorevole nel mondo del gusto e della tradizione italiana, AD, che da oltre 30 anni racconta le più belle case del mondo, e Traveller, viaggi straordinari accompagnati da eccezionali reportage fotografici per viaggiare comodamente dalla poltrona di casa. Tradotto in una parola, Qualità. In due parole, Condé Nast.

N. 07 - Luglio 2016 - **Anno 87°**

Direttore Responsabile
MARIA VITTORIA DALLA CIA

Editorial Advisor
ETTORE MOCCHETTI

Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) - lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE - aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI - stieni@lacucinaitaliana.it
VALENTINA VERCELLI - vvercelli@lacucinaitaliana.it

Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
SARA BORNEY
SARA DI MOLFETTA
FRANCESCA SAMADEN (speciali e supporti pubbliredazionali)
Progetto grafico
GIUSEPPE PINI
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (ricettario e rubriche)

Segreteria di Redazione
VIRGINIA RIZZO - cucina@lacucinaitaliana.it

Chef
FABIO BARBAGLINI, SERGIO BARZETTI, JACOPO MARIA BIANCHI, DAVIDE BROVELLI, FABRIZIO MARINO, DAVIDE NOVATI, DAVIDE OLDANI, WALTER PEDRAZZI, ALESSANDRO PROCOPIO, SAURO RICCI, GIOVANNI ROTA
Hanno collaborato
IRENE BARATTO, RICCARDO BIANCHI, LUIGI CARICATO, CECILIA CARMANA, SAMANTA CORNAVIERA, NICOLETTA DEL BUONO, GIORGIO DONEGANI, DRINKABLE BEREBENEOVUNQUE, AMBRA GIOVANOLI, GIANLUCA LADU, MARCO MONTRONE, SIMONA PARINI, DANILO POGGIO, CRISTINA PORETTI, CHIARA SCHIAFFINO, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), GIUSEPPE VACCARINI (ABBINAMENTI VINI E BIRRE/RICETTE), ALMA VALDORA
Per le foto
AG. 123RF, AG. AGF, AG. AWL-IMAGES, AG. CONTRASTO, AG. CUBOIMAGES, AG. FOTOLIA, AG. LA CAMERA CHIARA, AG. OLYCOM, AG. SHUTTERSTOCK, AG. SIME, MARTIN BALME, FRIEDER BLICKLE, FEDERICO CAPRILLI, MATTEO CARASSALE, MATTEO CARLOCCHIA, MATTEO IMBRIANI, CHRISTIANE KOCH, RICCARDO LETTIERI, EUGENIO MARCHESI, MARCO MARRÈ BRUNENGHI, DALIBOR MICHALCIK, BEATRICE PRADA, ROBERTO RIDI, SEBASTIANO ROSSI, KARL-HEINZ RÖGGLA

Direttore Editoriale FRANCA SOZZANI

Direttore Centrale Marketing Clienti MARIANGELA BONATTO

Divisione LA CUCINA ITALIANA, VANITY FAIR
Direttore PAOLA CASTELLI

Advertising Manager FEDERICA METTICA

Direttore Vendite GIANCARLO ROPA

Digital Advertising: ELIA BLEI Direttore, CARLO CARRETTONI Responsabile Centri Media
Moda e Oggetti Personali: MATTIA MONDANI Direttore. **Beauty:** MARCO RAVASI Direttore. **Grandi Mercati:** ELIA BLEI Direttore, GIOVANNI AZZIMONTI Responsabile. **Piemonte, Liguria, Valle d'Aosta:** MATTIA MONDANI Area Manager **Veneto, Trentino Alto Adige, Friuli Venezia Giulia:** LORIS VARO Area Manager. **Emila Romagna, Marche, Toscana, Umbria:** GIANCARLO ROPA Area Manager. **Toscana, Umbria:** ANTONINO ACANFORA Area Manager **Lazio e Sud Italia:** ANTONELLA BASILE Area Manager. **Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra:** ANGELA NEUMANN **New York:** ALESSANDRO CREMONA. **Barcellona:** SILVIA FAURÒ. **Monaco:** FILIPPO LAMI
Digital Marketing: MANUELA MUZZA. **Social Media:** ROBERTA CIANETTI

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Presidente e Amministratore Delegato GIAMPAOLO GRANDI
Direttore Generale FEDELE USAI
Vicedirettore Generale DOMENICO NOCCO

Vice Presidente GIUSEPPE MONDANI, **Direttore Business Development** ROBERTA LA SELVA, **Direttore Digital** MARCO FORMENTO
Direttore Comunicazione LAURA PIVA, **Direttore di Produzione** BRUNO MORONA, **Direttore Circulation** ALBERTO CAVARA
Direttore Risorse Umane CRISTINA LIPPI, **Direttore Amministrativo** ORNELLA PAINI, **Controller** LUCA ROLDI
Direttore Tecnologie GIUSEPPE SERRECCHIA, **Direttore Prodotti Digitali** BARBARA CORTI
Direttore Creativo CN Studio CRISTINA BACCELLI, **Direttore Branded Content** RAFFAELLA BUDA

Sede: 20121 **Milano**, piazza Castello 27 - tel. 0285611 - fax 028055716. **Padova**, via degli Zabarella 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700. **Bologna**, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambeccari, tel. 0512750147 - fax 051222099 - **Firenze**, via Jacopo Nardi 6, tel. 0552638789 - fax 0552009540. **Roma**, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249. **Parigi**, 4 place du Palais Bourbon 75007 Paris - tel. 00331-44117885 - fax 00331-45569213. **New York**, 125 Park avenue suite 2511 - New York NY 10017 - tel. 212-3808236 - fax 212-7867572. **Barcellona**, Passeig de Gràcia 8/10, 3° 1a - 08007 Barcelona tel. 0034932160161 - fax 0034933427041. **Monaco di Baviera**, Eierwiese 5b - 82031 Grünwald - Deutschland - tel. 0049-89-21578970 - fax 0049-89-21578973. **Istanbul**, Yenimahalle Tayyareci Fethi Sok. 28/7 Bakırkoy - 34142 Istanbul - Turkey - Cell: 0090-532-2614343 - email: arin@condenast.it

IN COPERTINA 1 *"Estratto di peperone e mango con pomodori e gamberi"* e *"Pomodoro, mozzarella al basilico e frisella"* (pag. 54) - *Ricette di* Sergio Barzetti - *Foto di* Riccardo Lettieri.
IN COPERTINA 2 *"Agnello con salsa di pane e salmoriglio"* (pag. 107) - *Ricetta di* Fabio Barbaglini - *Foto di* Riccardo Lettieri

Luglio
SOMMARIO

PAGINA 110

Dolci freschi e ricchi di sapore. Come questo sorbetto al Lambrusco da servire con il melone

PAGINA 91

PAGINA 51

IDEE

SUGGESTIONI

PAGINA 54

RICETTE

GUIDE

I menu di luglio

SEI PROPOSTE **SCELTE** TRA LE NOSTRE RICETTE

1 Festa in giardino

2 Senza fuoco

3 Gourmet

Facile 4

5 Di mare

6 Vegetariano

Dove andare

IN VALLE D'AOSTA PER CONOSCERE IL **PROSCIUTTO DELLE ALPI**, A MERANO PER UNA NOTTE GOURMET, IN EMILIA PER RINFRESCARSI CON GRANDI BIRRE. POI A TRAPANI PER IL FESTIVAL DELLO STREET FOOD

A CURA DI RICCARDO BIANCHI

COLLISIONI **2016**

Nell'ambito del Festival dedicato a Musica e Letteratura, va in scena "Progetto Vino", evento internazionale dedicato al vino e al cibo: gran cerimoniere Ian D'Agata, direttore scientifico di Vinitaly. Nel cortile del castello di Barolo **Wine and Food Marathon** per parlare dei prodotti che hanno reso la cucina italiana la più famosa e amata nel mondo. *www.collisioni.it*

16-17
LUGLIO
BAROLO (CN)

GRANDE MUSICA
A "Collisioni 2016", si degusta e si ascolta: in concerto Elton John, Marco Mengoni e Mika

23
LUGLIO
MERANO (BZ)
Rock Wine Food

Una notte fuoriserie sull'altopiano di Merano 2000: uno speciale evento con i cuochi stellati della zona e la migliore cucina altoatesina. Alla stazione della cabinovia, troverete un bicchiere di spumante locale e **menu raffinati nei rifugi**.
www.schenna.com

14-17
LUGLIO
SASSO MARCONI (BO)
SassoFest A Tutta Birra

Le migliori birre artigianali e no, una robusta gastronomia che spazia dal friggione bolognese ai **piatti del Tirolo e della Baviera**. E per dessert teatro e cabaret con interpreti di spicco. Quattro giorni di ghiotto divertimento.
www.sassofest.it

1-3 LUGLIO
SALUZZO (CN)
C'È FERMENTO
Grandi birre di piccoli produttori. Una kermesse divenuta un punto di riferimento.
cefermento.fondazionebertoni.it

16 LUGLIO - 4 SETTEMBRE
ACQUI TERME (AL)
MATERIE DIALOGANTI
A Palazzo Liceo Saracco la mostra su S. Dalí sostenuta dalla cantina Cuvage, il cui Metodo Classico sarà protagonista dell'inaugurazione. *www.cuvage.it*

29-31 LUGLIO
TARQUINIA (VT)
DIVINO ETRUSCO
Decima edizione di una manifestazione che vuole valorizzare i nettari del territorio etrusco.
www.comune.tarquinia.vt.it

1-3 LUGLIO
FORINO (AV)
SERA PASSAIE
Nel centro storico musicisti, teatranti e giocolieri, con un focus sulle tipicità enogastronomiche locali.
www.serapassaieforino.it

Fotografie di Karl-Heinz Röggla, 123rf, Frieder Blickle, Fotolia, CuboImages

10-7
LUGLIO – AGOSTO

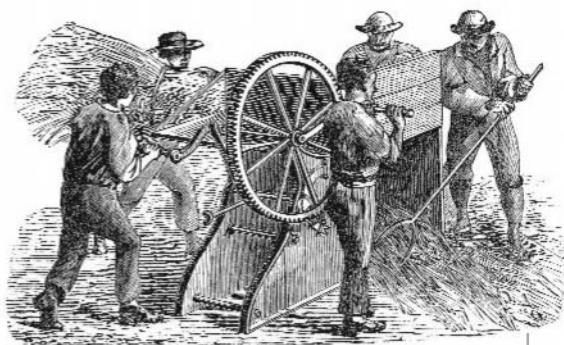
VIPITENO (BZ)
XVIII Giornate dello Yogurt

Torna l'estate e riparte questo dolce appuntamento in Valle Isarco. Tutti allora al parco di Prati di Vizze per assaggiare gli yogurt del territorio. In più, visita guidata alla Latteria di Vipiteno, **escursioni** a un maso e ai giardini aromatici, e degustazione di formaggio di produzione locale. *www.giornatedelloyogurt.com*

IN MUSICA
In calendario in Valle Isarco anche concerti folk con cucina tipica nei suggestivi alpeggi delle malghe di Racines

27-31
LUGLIO

TRAPANI
Stragusto

Ottava edizione di questa attesissima festa del cibo di strada del Mediterraneo allestita nell'antica piazza del Mercato del Pesce. Un **viaggio gustativo** scandito da panelle, arancine, pesci fritti, sfincioni, rascatura, focacce, panini cà meusa e dolci. Oltre la Sicilia, specialità romane, friulane, serbe... *www.stragusto.it*

7-10
LUGLIO

PORTARIA (TR)
Festa della Trebbiatura

Da alcuni anni nel secondo weekend di luglio si tiene la "trebbiatura de 'na vorda", una **rievocazione** della trebbiatura, come la si faceva negli anni '50. Nel tardo pomeriggio di sabato una trebbiatrice d'epoca inscena una vera trebbiatura, con l'immancabile costruzione di un "paiaro". Segue cenone con panzanella, tagliatelle casarecce, oca arrosto, vino e... fisarmonica. *www.portaria.it*

10
LUGLIO

ST. RHÉMY (AO)

JAMBON DAY

Da secoli, questi villaggi sull'ascesa che porta al passo del Gran San Bernardo si vestono a festa per celebrare il loro capolavoro Dop, il **Jambon de Saint-Rhémy-en-Bosses**, un prosciutto crudo stagionato almeno 12 mesi e speziato con erbe di montagna. Assaggi, shopping, pranzo, musica e balli per tutta la giornata nella cornice di monti meravigliosi. *www.lovevda.it*

13-17 LUGLIO
OFFIDA (AP)
CIBORGHI
Una rassegna delle cucine regionali dei borghi più belli d'Italia per far conoscere le nostre tradizioni "nascoste". *www.lemarchedelpiceno.it*

15-17 LUGLIO
ROMA
SUPPLÌ FESTIVAL
Da Eataly, nel quartiere della Garbatella, tre giorni per scoprire tutto di questo simbolo dello street food dei romani. *www.eataly.net*

29-31 LUGLIO
SARZANA (SP)
CASTLE VEGETARIAN FESTIVAL
In questa seconda edizione, convegni, degustazioni show-cooking e laboratori per una visione alternativa dell'alimentazione. *www.castlevegetarianfest.it*

Giusti adesso

L'ORTO, IL FRUTTETO, IL BOSCO,
IL MARE, L'ALPEGGIO. E ALTRO ANCORA.
IL **SOLE** È ARRIVATO NEL PIATTO

A CURA DI VALENTINA VERCELLI

FIORI DI TIGLIO

Bello e profumato, il tiglio è un albero anche buono. Se ne consumano le foglie, i germogli e i piccoli fiori che sbocciano a giugno e a luglio. Benefici, una volta essiccati, in tisane per combattere l'influenza e favorire il sonno, si usano anche freschi per insaporire **insalate** e **frittate**. Si raccolgono quando i boccioli non sono ancora completamente schiusi.

ESSICCATI SI CONSERVANO A LUNGO IN BARATTOLI A CHIUSURA ERMETICA

MELONE CANTALUPO

Protagonista con il prosciutto crudo di uno dei piatti estivi più classici, si chiama popone in Toscana. Le varietà Cantalupo hanno **corteccia liscia** con venature verde scuro, polpa arancione soda e sapore zuccherino. All'acquisto deve essere profumato, con la calotta opposta al picciolo morbida. *È uno degli ingredienti delle ricette a pagina 28, 57, 85 e 110.*

Fagiolini

Di solito sono verdi, ma esistono varietà gialle o violette. Si gustano in insalata, lessati o cotti al vapore, ma sempre **al dente**, per esaltarne la croccantezza. Per preservarne il colore brillante vanno tuffati in acqua gelata appena scolati. *Sono uno degli ingredienti della ricetta a pagina 32.*

Scampi

Luglio è l'ultimo mese per assaporare questi preziosi crostacei, la cui polpa morbida e il sapore delicato piacciono anche ai bambini. Frequenti nel **Mar Adriatico**, sono protagonisti in molte ricette della tradizione veneta e giuliana. *Sono uno degli ingredienti della ricetta a pagina 81.*

Prosciutto di Carpegna

Prodotto tra le colline del Montefeltro, dove arrivano le brezze salmastre dal vicino Adriatico, e tutelato con la Dop, ha aroma fragrante e gusto delicato molto persistente. Il disciplinare prevede una stagionatura minima di 13 mesi. Dà il meglio **tagliato al coltello**.

Raschera

Di forma rotonda o quadrata, è un formaggio Dop del Cuneese, pronto dopo un mese di stagionatura. Quello d'alpeggio, fatto sopra i 900 metri, ha un sapore unico grazie alle **erbe** di cui si nutrono le mucche in estate, il momento migliore per assaggiarlo. La pasta è elastica, il gusto delicato, appena piccante.

Aglio bianco polesano

Aroma dolce e intenso, colore bianco, brillante e uniforme, lunga conservabilità sono le caratteristiche di questo aglio Dop tipico della provincia di Rovigo, dove si coltiva dal Cinquecento. I locali lo prediligono grattato sulle **bruschette**.

È il momento di

ANGURIA	MELANZANE
FICHI	ORIGANO
LAMPONI	RAVANELLI
SUSINE	GRANCHI
CETRIOLI	PESCE SPADA
FIORI DI ZUCCA	TOTANI

Fotografie di 123rf, Stockfood/La Camera Chiara, Arch. Luigi Guffanti Formaggi 1876

Talento per il freddo

IL NONNO APRÌ LA SUA GELATERIA A GENOVA. OGGI LA SFIDA DEI NIPOTI È UN **GELATO ALL'AVANGUARDIA**: QUANTITÀ INDUSTRIALE MA QUALITÀ ARTIGIANALE

A CURA DI CHIARA SCHIAFFINO

DOLCEZZA COSMOPOLITA
SOTTO: Luca e Massimiliano Dovo, titolari di Tonitto. L'azienda esporta in Europa, Medio Oriente, Sudamerica e Giappone.

"Un buon gelato italiano? Sano e nel rispetto della tradizione"
Luca Dovo

La rivoluzione inizia in gelateria

"Tonitto era il soprannome del nonno. Da allora a Genova dire 'Tonitto' è come dire gelato". Luca Dovo sembra non aver mai avuto dubbi sul proprio destino lavorativo. Ha ereditato la passione di famiglia per il gelato insieme all'azienda, e da qualche anno, con il fratello Massimiliano, ne sta disegnando il futuro. Un futuro che rispecchia la sua filosofia di vita, rappresentata dalla scelta di trasferirsi in campagna, a contatto con la natura. Il nonno Antonio non avrebbe mai potuto immaginare che il successo della sua piccola bottega nata nel 1939 potesse crescere tanto: fabbrica del gelato negli anni '80, grazie al figlio Alfredo, ora pronta a spostarsi in Piemonte in un nuovo stabilimento tutto ecologico. Un messaggio non facile da far arrivare ai consumatori, poco abituati a collegare il gelato confezionato con la genuinità. Ma Luca lo spirito pionieristico e innovatore evidentemente lo ha nel sangue.

Che cosa ricorda del nonno?
Ho ascoltato molti racconti su di lui, su quanto gli piacesse fare il gelato e sulla sua passione di inventare sempre nuovi gusti da proporre in gelateria.

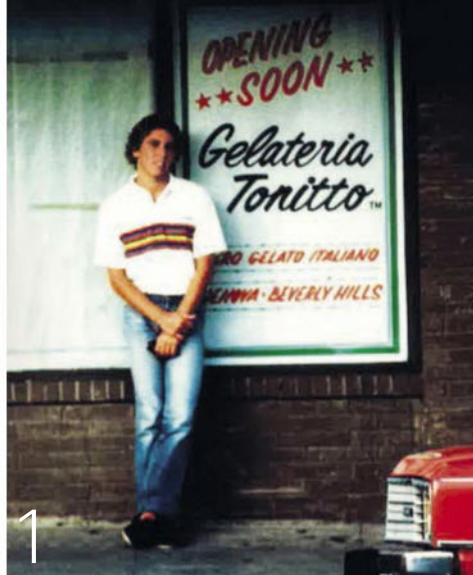
Lei e suo fratello avrete sicuramente mangiato più gelato degli altri bambini...
I miei genitori lo portavano a casa dal negozio, la domenica, e lo mangiavamo tutti insieme, ma non direi in quantità esagerate! Invece penso ancora con emozione a quando, soprattutto d'estate, mio padre la mattina mi portava nel laboratorio della gelateria. Mi piaceva curiosare, aiutare a versare lo zucchero, seguire tutti i momenti della lavorazione. Ecco, il mio avvicinamento al gelato è stato da subito produttivo!

Ma negli anni '80 il negozio diventa una piccola fabbrica, con clienti come il Re di Giordania e con l'apertura di una grande gelateria a Beverly Hills.
Per noi ancora piccoli, con il papà sempre negli Stati Uniti, era una nostalgia continua. Siamo stati contenti quando ha deciso di vendere agli americani la parte di azienda che aveva creato là. Con i nostri criteri era diventato impossibile gestirla. Che gioia allora certi pomeriggi in cui con papà si andava a Peveragno, in Piemonte, dove riempivamo il furgone di fragole comprate dai contadini per poi trasformarle in un gelato squisito.

Un'esperienza che sembra guidare la sua visione.
È vero. Nel 2005 abbiamo iniziato a cercare la tecnologia giusta per sostituire ai classici preparati industriali materie prime fresche e certificate. Siamo andati in giro per l'Italia a scegliere gli ingredienti con presidio Slow Food che facevano per noi. Per esempio, per i sorbetti usiamo il mandarino tardivo di Ciaculli e i limoni di Sicilia. Infine, elementi vitali per noi, il latte e la panna: piemontesi, freschi e di alta qualità.
Usate anche il latte di soia?
Abbiamo creato una linea dedicata a vegetariani, vegani e a chi è intollerante al lattosio. Grazie al nostro laboratorio di ricerca siamo riusciti infatti a ottenere gusti che ci soddisfano molto e che non hanno nulla da invidiare a quelli fatti con il latte.
Quali saranno i prossimi passi?
La scommessa è trasferire la fabbrica in campagna. Il terreno lo abbiamo acquistato, ma i tempi saranno lunghi. Stiamo studiando la tecnologia nei minimi particolari per creare un ciclo produttivo con il più basso impatto ambientale possibile.
Immagino che la sua attenzione per la natura e per la genuinità conti molto anche in cucina.
Da quando ho lasciato Genova per la campagna piemontese, amo mangiare le verdure del mio orto e la frutta dei miei alberi. Io non cucino, lascio l'onore a mia moglie Carola, però da quando in tavola ci sono i prodotti dei miei campi apprezzo molto di più quello che mangio. E so che i miei bambini crescono sani. Ogni volta che vado nell'orto mi seguono per rubare qualche fragolina appena spuntata.

1

2

3

SONO LE PERSONE IL SEGRETO DELLA NOSTRA BONTÀ

1 - Alfredo Dovo, nel 1984, davanti alla sua gelateria di Los Angeles, una scommessa vinta. **2 -** Una fase della lavorazione. **3 -** I fratelli Dovo insieme con il team del gelato Tonitto. Esperienza e formazione costante sono i capisaldi della visione che guida l'azienda. **4 -** Un prodotto d'orgoglio di casa Tonitto: il gelato allo yogurt. Preparato con pesche, fragole e mirtilli rigorosamente freschi e di qualità.

I GELATI DI TONITTO NON CONTENGONO OGM, GRASSI IDROGENATI NÉ AROMI ARTIFICIALI

4

Che cosa le dà le maggiori soddisfazioni nell'orto?
Le zucchine! Sono versatili e danno ottimi risultati in qualsiasi piatto. Ormai abbiamo sperimentato un'infinità di ricette. Per mantenere le buone tradizioni genovesi le cuciniamo ripiene, prima di tutto. Carola si è poi specializzata in una squisita vellutata con varie spezie. Però bisogna dire che le mie zucchine sono talmente buone, che mi piacciono molto anche semplicemente cotte a vapore.
Piaceri di campagna, buoni anche da condividere con gli amici...
E da quando ho iniziato a fare il vino, giusto una piccola produzione familiare che amo offrire a miei ospiti, stare in compagnia mi piace ancora di più.
Azzardo un'ipotesi su cosa arriva a tavola al dessert...
Certo, il gelato non manca mai. Anzi, dopo svariati assaggi, esigo un giudizio dagli ospiti, che insieme alla mia famiglia sono i miei primi "tester" e critici gastronomici.

Fotografie di 123rf, Marco Marrè Brunenghi

5 artigiani del cibo

DALLE DOLOMITI ALL'ETNA, DALLO YOGURT A UN OLIO RARO, PASSANDO PER UN **SALUME NUOVO**. ANCHE NEL NOME

TESTO SIMONA PARINI

1

"Il nostro yogurt ha un solo sapore: quello del **latte***, fresco e genuino".*

Riccardo GASPARI

YOGURT IN QUOTA

Bianco, denso, dolce e cremoso. Lo yogurt prodotto nel Caseificio Piccolo Brite è ghiotto al naturale. Aggiungere frutta e cereali non è certo un peccato, ma per apprezzarne la **CONSISTENZA VELLUTATA** va gustato da solo. Il segreto è la montagna. Il caseificio è vicino a Cortina d'Ampezzo, tra i prati dove in estate pascolano le vacche: il loro latte profumato di erbe è trasformato in yogurt con la semplice aggiunta dei fermenti. Quattro i gusti: con composte di fragole, albicocche, mirtilli e pesche.

DOVE TROVARE LO YOGURT
Caseificio Piccolo Brite, località Alverà, Cortina d'Ampezzo (BL), www.elbritedelarieto.it

CHIMICA ZERO
In questo yogurt delle Dolomiti non ci sono né coloranti né conservanti. Per questa ragione deve essere consumato entro dieci giorni dalla data di produzione.

Casa & bottega
Il caseificio è di proprietà della famiglia Gaspari, la stessa che a due chilometri di distanza gestisce la stalla con 30 bovini e l'azienda agrituristica El Brite de Larieto che vede in cucina il premiato e giovane cuoco Riccardo Gaspari.

2

"Abbiamo **inventato** *un salume in cui si fondono gusto e delicatezza".*

Angelo CAPITELLI

TENTAZIONE DOPPIA

Non è pancetta e non è prosciutto cotto, ma un salume unico che unisce il sapore della prima alla digeribilità del secondo. Nome: Giovanna. È prodotto con **DUE PANCETTE** di suino padano insaporite dopo la stagionatura con una concia di aromi e miele. Sgrassate e incastrate l'una nell'altra, arrotolate e cucite a mano, affrontano infine la cottura a vapore e l'affumicatura.

DOVE TROVARE IL NEOSALUME

Capitelli F.lli, via Borgonovo 1, Borgonovo Val Tidone (PC), capitelli.cibosano.pro

DOVE TROVARE LE ARANCE AL VINO

Azienda Agricola La Baita & Galleano, Frazione Gazzo, Borghetto d'Arroscia (IM), www.labaitagazzo.it

FRUTTA E VINO SOTTO VETRO

Dolci, profumate e antiche. Sono così le arance pernambuco, il cultivar Navel che secoli fa venne introdotto in Liguria da un marinaio di ritorno dal Brasile. Coltivate negli aranceti dove il clima di collina gode degli effetti benefici dell'aria del mare, sono cotte **IN FORNO A VAPORE** dopo essere state affettate e messe sotto vetro con acqua, zucchero e Pigato, il vino bianco tipico del Ponente Ligure della cantina Bio Vio di Albenga.

3

"Valorizziamo la tradizione **ligure** *della coltivazione e la lavorazione degli agrumi".*

Marco FERRARI

4

"Per creare la ricetta ci siamo confrontati con i migliori **mastri birrai***".*

Emile SEDRA

AMICI DI BIRRA

Ora anche gli amanti di bionde, rosse e scure hanno lo snack giusto da sgranocchiare. Alfred & Friends è il croccante di **ARACHIDI** tostate nato per far compagnia alla birra, ma ottimo pure con il vino. Quatro i gusti, ottenuti unendo alle noccioline americane Pecorino Dop, peperoncino piccante e spezie.

DOVE TROVARE GLI SNACK SALATI

Alfred & Friends, viale Nizza 11, L'Aquila, www.alfredandfriends.it

OLIVE BIO SOTTO IL VULCANO

5

"Ho scelto di mantener viva la sua memoria **coltivando** *la campagna del nonno".*

Mauro CUTULI
con la moglie

Quando si chiede a Mauro Cutuli cosa rende speciale l'olio che produce sul versante nord dell'Etna aiutato dalla moglie Mariangela la risposta è una sola: il terroir. Le piante di ulivo della varietà **NOCELLARA ETNEA** piantate quarant'anni fa dal nonno affondano le proprie radici in un terreno argilloso ricco di sodio e potassio, gli stessi minerali che vengono trasferiti alle olive. Raccolte a mano, sono molite entro quindici ore per ricavarne un olio extravergine biologico caratterizzato da una tendenza dolce con sapori profumati ed erbacei.

DOVE TROVARE L'OLIO SICILIANO

Azienda Agricola Grottafumata, contrada Grottafumata, Randazzo (CT), www.oliogrottafumata.it

Fotografie di Riccardo Lettieri

La raffinatezza del mare

RITROVATELA NELLE POSATE E NELLE **POISSONNIÈRE LUCENTI**, NEI PIATTI A FORMA DI PESCE, E NEI CANOVACCI STAMPATI A TEMA

FOTOGRAFIE MATTEO IMBRIANI
STYLING IRENE BARATTO
HA COLLABORATO GAIA PANCERI

1 PESCIERA "Fish cocotte", 269 €, di Staub. *www.staub.fr*

2 PIATTO IN LEGNO a forma di pesce, 76,50 €, di fiorirà un giardino. *www.fioriraungiardino.com*

3 PESCIERA di Mauviel 1830, in rame, 579 €, distribuita da Maino. *www.mainocarlo.it*

4 CANOVACCIO della collezione "Aria di mare", in lino, 15 €, di Stamperia Bertozzi. *www.stamperiabertozzi.it*
PIATTO GRILL per pesce "Grand Cru", 70,50 €, di Emile Henry, distribuito da Maino. *www.mainocarlo.it*

5 POSATA PER PESCE, 21,60 € (14 pezzi), di Esmeyer, in vendita su *www.amazon.it*
CUCCHIAIO della collezione "Colombina Fish", 60 € (6 pezzi), di Alessi. *www.alessi.com/it*

6 PIATTO FONDO di Sieni, 11,05 €, in vendita su *www.amazon.it*
PIATTO DI PORTATA doppio "Flow Two in One", 34,90 €, di Villeroy&Boch. *www.villeroy-boch.it*

2

1

3

4

6

5

RUNNER
In lino écru con righe rosse di LinenMe, 21,10 €, in vendita su *www.amazon.it*

Dall'orto in tavola

TUTTO PER LAVARE, CENTRIFUGARE, AFFETTARE E SMINUZZARE LE VERDURE E TANTI ALTRI INGREDIENTI. E INVENTARE **GRANDI INSALATE**

A CURA DI NICOLETTA DEL BUONO

Facilissimo

La *Super Centrifuga Bip Bip* di Tupperware si aziona senza fatica **con due sole dita**, ha una capacità di 3,8 litri, l'impugnatura ergonomica, e un disco antiscivolo alla base. 48 €. **www. tupperware.it**

UNA PRESA SICURA
È proposta da Tescoma la coppia di posate-pinza per insalata della linea "President", in acciaio inox satinato con supporto in plastica nera. 20 €. *www.tescomaonline.com*

PER SERVIRE

CLASSICA, IN VETRO
COPPA *VIVA* DI BORMIOLI ROCCO, IN 6 FORMATI ANCHE PER MEGA INSALATE, IN VETRO TEMPERATO RESISTENTE A URTI E CHOC TERMICI. VA IN LAVAPIATTI E MICROONDE. DA 4 A 11 €. *WWW.BORMIOLIROCCO.COM*

PORCELLANA A COLORI
INSALATIERA *MOTO* DI WMF, IN PORCELLANA SMALTATA IN DIVERSI COLORI, CON INTERNO BIANCO, E POSATE ABBINATE IN ACCIAIO INOX SATINATO. IL SET COSTA 50 €. *WWW.WMF.COM*

TAGLIO VERSATILE
Si rifà a tipologie orientali il coltello per verdure e tuttofare *Santoku* di Victorinox, con lama alveolare che non fa attaccare le fette e consente un taglio più regolare e sicuro. 47,50 €. *www.victorinox.com*

In una mossa

Molto pratica la rete per **scolare e scongelare** in silicone verde di Lékué, con comode manopole, distribuita da Schönhuber. Costa 17,80 €. *www.schoenhuber.com*

Come matrioske

Ha vinto il Red Dot Award 2015 il set di ciotole **multicolori e impilabili** *Atollo* di Pavoni Italia. Il set è composto da 6 ciotole in abs in due diverse tonalità digradanti: calda nei toni del rosso, arancio e giallo, e più fredda dal verde all'azzurro, al viola. 42,90 € il set. *www.pavonitalia.com*

Tritare e decorare

IL BELLO DELLA DIRETTA
SALADMAKER DI PHILIPS AFFETTA, TAGLIUZZA E TAGLIA A JULIENNE VERDURE, FORMAGGIO, UOVA SODE, SALAME E ALTRO DIRETTAMENTE NELL'INSALATIERA. CON MOTORE DA 200 WATT. 66 €. *WWW.PHILIPS.IT*

TEMPERAVERDURE
PER PREPARARE LINGUINE VEGETALI ECCO *SPIRAL CUTTER* DI MICROPLANE CHE "TEMPERA" LE VERDURE COME FOSSERO MATITE. I DUE FORI A DIAMETRO DIVERSO CONSENTONO DI LAVORARE ORTAGGI DIFFERENTI. 15 €. *HOME.MICROPLANEINTL.COM*

Preziose in tavola

Collezione di oliere *Lamp'* Oil di IVV in **vetro trasparente e opale nero**, con beccuccio in acciaio inox satinato. Grazie a un design essenziale ma decorativo sono oggetti-scultura d'uso quotidiano. Da 54 € a 60 €. *www. ivvnet.it*

Fotografie di Martin Balme, Dalibor Michalcik, Christiane Koch

FRASSINO E VETRO
È DISEGNATA DA MONIKA LUBKOWSKA-JONAS PER LSA INTERNATIONAL L'ELEGANTE INSALATIERA CON BASE IN LEGNO DI FRASSINO E COPPA IN VETRO SOFFIATO. IN VENDITA A 104,52 € SU *WWW.AMAZON.IT*

A FORMA DI FOGLIA
DALLA COLLABORAZIONE TRA ALESSI, BRUNO MORETTI E LO CHEF STELLATO GUY SAVOY NASCE L'INSALATIERA DELLA LINEA "HUMAN COLLECTION" IN ACCIAIO INOX E IN 2 MISURE. DA 59 €. *WWW.ALESSI.COM/IT*

Cosa c'è di nuovo?

DAGLI SCAFFALI DEI **SUPERMERCATI** E DA QUELLI DELLE **BOTTEGHE** SPECIALIZZATE, ECCO LA NOSTRA SELEZIONE DI PRODOTTI. TUTTI *PROVATI IN REDAZIONE*

A CURA DI ANGELA ODONE

UN PIACERE PER IL PIANETA

Sono due gli espresso delle nuove *capsule interamente compostabili* di Lavazza A Modo Mio: Aromatico e Ricco. Entrambi 100% Arabica: morbido e floreale il primo, equilibrato e deciso il secondo.
2,49 € (6 pz.) www.lavazza.it

Special Gift
Tra le proposte in vendita online anche l'olivo bonsai e l'orcio in formato Magnum e Jeroboam

Collezione Puglia

Si chiama così quella che comprende questi 3 orci dell'Antico Frantoio Muraglia. Potete scegliere i colori degli orci, arancio, verde acido e celeste, ma soprattutto il tipo di olio: **FRUTTATO INTENSO**, monocultivar oliva Coratina, piccante e amarognolo; **FRUTTATO MEDIO** di sole olive Peranzana adatto alle cotture brevi, con profumi di pomodoro, rucola e ravanello. *28 € per 500 ml www.frantoiomuraglia.it*

Agrumi in caramelle

Caffarel e Lurisia insieme per dare vita a una nuova linea di gelatine in tre gusti: gazzosa, chinotto e aranciata. Classiche in confezione regalo e cubotto, oppure a forma di *mini bottigliette*.
Cubotto da 210 g
7,90 € lurisia.it www.caffarel.com

CONDIMENTI SFIZIOSI

Pomodori e spezie, formaggio, erbe aromatiche, yogurt. Questi sono alcuni dei sapori delle *salse* Develey. Da provare sulle insalate, sull'arrosto, sulle verdure cotte, sulle uova sode... In bottigliette da 200 g.
www.develey.it

EXTRA

ELETTRIZZANTE

Mojito al lime, succo di guaiava, mela verde, zenzero, latte di cocco sono le note della FRAGRANZA FRESCA, FRUTTATA ed ESOTICA ckone summer di Calvin Klein. Avventurosa come un viaggio nella giungla. *56 € www.coty.com*

Per arricchire le insalate

Il Mais Bonduelle, croccante e naturalmente dolce, è privo di zuccheri aggiunti. Raccolto fresco, viene *cotto al vapore* e confezionato in 24 ore. Questa lavorazione ha bisogno di poco liquido di governo, per questo il mais è pronto per essere gustato, senza bisogno di scolarlo.
2,48 € www.bonduelle.it

Questa **NUOVA RUBRICA** vi spiega come fare con le vostre mani molti dei prodotti che si trovano al supermercato. Perché così sono più sani e più buoni.

Sgombri sott'olio

UNA DELLE CONSERVE **PIÙ UTILI IN DISPENSA** E PIÙ COMUNE SUGLI SCAFFALI. MA CHE SAPORE PREPARATA E AROMATIZZATA SECONDO IL PROPRIO ESTRO!

RICETTA WALTER PEDRAZZI **TESTI** ANGELA ODONE
FOTO RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

LA RICETTA

Ingredienti:
***2 kg** 5 sgombri – **160 g** aceto di vino bianco*
***115 g** sale – **2** gambi di sedano – alloro*
olio extravergine di oliva – pepe in grani

Eviscerate gli sgombri, privateli della testa e della coda. Sciacquateli sotto l'acqua corrente e, raschiando con il manico di un cucchiaio, eliminate il sangue che aderisce alla lisca centrale. Sciacquateli ancora, asciugateli con carta da cucina, poi accomodateli in una casseruola tipo pesciera e copriteli con 2 litri di acqua fredda; unite il sale e l'aceto, il sedano a tocchetti, 18-20 grani di pepe e 2-3 foglie di alloro. Portate a ebollizione, riducete la fiamma al minimo, coprite e lasciate sobbollire dolcemente per 2 ore e 30'. Spegnete e lasciate intiepidire nel liquido. Scolate gli sgombri e fateli sgocciolare e raffreddare su una gratella con sotto un vassoio; poi trasferite tutto in un luogo fresco, coprite gli sgombri con un canovaccio e fateli riposare per 24 ore: perdendo tutti gli umori si conserveranno più a lungo. Infine eliminate la pelle e sfilettate gli sgombri. Accomodate i filetti in contenitori di vetro a chiusura ermetica, profumate con nuove foglie di alloro e a piacere con grani di pepe, coprite completamente con olio e lasciate riposare per 24 ore prima di mangiarli: questa operazione ridurrà la sapidità.

PIÙ AROMA
Potete arricchire il liquido di cottura a piacere con 1-2 spicchi di aglio, qualche rametto di timo o di maggiorana, scalogno, peperoncino fresco...

COME SI CONSERVA

Questi sgombri dureranno in frigo per 4-5 giorni, senza bisogno di sterilizzazione. Se volete conservarli più a lungo usate barattoli sterilizzati (fateli bollire per 10', scolateli e fate evaporare l'umidità), riempiteli con gli sgombri e poi sterilizzate i barattoli chiusi, facendoli bollire completamente immersi nell'acqua per 20'. Potete anche scegliere di usare olio di semi di girasole o di mais, secondo il vostro gusto. È consigliabile usare un olio ottenuto per spremitura a freddo, in vendita nei negozi di prodotti bio.

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il **10 maggio***

LA CUCINA ITALIANA PER

MIELE

UN APPUNTAMENTO MENSILE SPIEGA COME TRASFORMARE UN SEMPLICE INGREDIENTE IN UN PIATTO D'AUTORE

GIALLE COME IL SOLE

Nella seconda tappa di questo imperdibile viaggio tra le materie prime della cucina italiana, Miele vi porta alla scoperta delle **albicocche.** Fresche, secche o in succo. Da gustare in estate o conservare per l'inverno

Il caldo che avvolge, le prime idee per le vacanze, la voglia di leggerezza: siamo in estate. Stagione della natura che esplode e dona i suoi meravigliosi frutti, così freschi, dolci e succosi. Come le albicocche: piccole e dorate, sono un inno alle cose buone della terra. Peccato che si concedano solo per pochi mesi l'anno. Lo chef Norbert Niederkofler racconta ai lettori de La Cucina Italiana come trattarle, cuocerle e conservarle per apprezzarle anche quando non più disponibili sui banchi del mercato.

Come si scelgono?

Le albicocche pronte per il consumo devono essere profumate, morbide al tatto, avere un colore vivace e buccia liscia senza macchie, puntini verdi o ammaccature. Solo in Italia ne esistono centinaia di varietà. Dalle più precoci, pronte ai primi di giugno, alle più tardive, che maturano a fine luglio. Particolarmente buone le albicocche della Val Venosta: le preferite dello chef perché coltivate da contadini e aziende agricole del suo territorio.

Come vanno conservate?

La polpa delle albicocche è piuttosto deperibile e per questo vanno consumate entro 3-4 giorni dall'acquisto. L'ideale è conservarle in frigo nei cassetti per la frutta e la verdura in cui la temperatura è più elevata (circa 10°C). Se invece sono ancora troppo sode e poco profumate è meglio conservarle in un sacchetto di carta a temperatura ambiente.

Quali proprietà nutrizionali contengono?

Sono ricche di magnesio, potassio, fosforo, vitamine A e C e beta-carotene. Un vero toccasana che contribuisce alla produzione di melanina e rinforza le difese immunitarie. Per mantenerne inalterate le virtù nutrizionali è fondamentale gustarle fresche o cuocerle nel modo corretto.

ALBICOCCHE ESSICCATE
Si tagliano a metà e si snocciolano 1 kg di albicocche, si dispongono ben stese su una teglia con la buccia rivolta verso il basso e si infornano nel forno Miele con la speciale funzione "essiccazione". Una volta secche si conservano nei sacchetti di carta o avvolte in un canovaccio pulito.

ALBICOCCHE SCIROPPATE A VAPORE
Si tagliano a metà 1 kg di albicocche, si elimina il nocciolo e si dispongono in 2 vasetti da 500 g. Si prepara uno sciroppo con 500 g di zucchero e 1 litro di acqua quindi lo si versa bollente sulle albicocche e si chiudono i vasetti ermeticamente. Si cuoce tutto nel forno a vapore Miele a 100°C per 1 ora. Una volta sfornati i vasetti si lasciano raffreddare e si conservano al fresco fino al consumo.

UN NATURALE SUCCO DI FRUTTA Si lavano e si snocciolano 1 kg di albicocche, si tagliano a pezzi e si cuociono nel forno a vapore Miele a 100°C per 10'. Si frullano e si passa tutto al setaccio. Si aggiungono 250 g di zucchero per ogni litro di passato, si frulla nuovamente, quindi si versa tutto in una placca non forata e si cuoce nel forno a vapore Miele a 100°C per 5'. Si trasferisce il passato caldo nelle bottiglie già sterilizzate e si sigillano con dei tappi nuovi, infine si pastorizza tutto nel forno a vapore Miele: basta inserire le bottiglie nel forno (va bene anche sdraiate) a 80°C per 20'. Ora il succo può essere conservato anche per un paio di mesi!

LA RICETTA

Albicocche confit, sorbetto, crema di armelline e bignè alla patata

In questa ricetta lo chef Niederkofler ha usato **l'albicocca** in due differenti preparazioni, poi, **per non sprecare nulla**, ha utilizzato anche le armelline, ossia il seme che si trova all'interno dei noccioli, in un modo davvero insapettato. Tagliate a metà 2 albicocche. Preparate uno sciroppo sciogliendo 125 g di zucchero in 125 g di acqua, versatelo in un sacchetto per il sottovuoto con le albicocche e il baccello di vaniglia, tagliato a metà, poi sigillate tutto con l'apposito **Cassetto per il Sottovuoto Miele** e cuocete nel **Forno a Vapore Miele** con la funzione **sous vide** a 90° C per 7' (albicocche confit). Raffreddate il sacchetto in acqua e ghiaccio e ponetelo in frigo. Tagliate a metà il resto delle albicocche e snocciolatele, conservando i noccioli, poi arrostitele nel **forno tradizionale Miele** a 180° C con la modalità **calore superiore e calore inferiore** per 10'. Preparate intanto uno sciroppo sciogliendo 100 g di zucchero in 100 g di acqua, poi sfornate le albicocche, eliminate la pelle, quindi frullate la polpa con lo sciroppo e 250 g di acqua. Versate gli ingredienti nella gelatiera e mantecate per 30', ottenendo un sorbetto.
Riunite in una casseruola 5 **armelline**, ricavate rompendo 5 noccioli di albicocca, 50 g di panna fresca e portate lentamente a bollore, ricavando un **infuso**. Spegnete e lasciate raffreddare.
Montate il tuorlo con 30 g di zucchero e l'infuso, a parte portate a bollore 100 g di panna fresca con l'anice stellato, quindi aggiungetevi il **cioccolato bianco** e mescolate per scioglierlo. Lasciate intiepidire il composto di cioccolato poi unitevi il composto di tuorli, infine incorporatevi la panna montata, ottenendo una **crema**. Lasciatela raffreddare in frigo.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg albicocche - 500 g panna montata
355 g zucchero - 200 g cioccolato bianco
200 g uova intere - 180 g burro
150 g panna fresca -150 g farina
100 g mandorle tritate - 50 g tuorlo
50 g patata lessa schiacciata
2 g sale - · baccello di vaniglia
· frutto di anice stellato

Portate a bollore in una casseruola 200 g di acqua, 100 g di burro e 2 g di sale, poi unitevi 50 g di farina, le **patate lesse** e cuocete il composto finché non si staccherà dalle pareti: trasferitelo in una ciotola e montatelo con le uova intere, aggiungendole una alla volta, infine trasferitelo in una tasca da pasticciere e distribuitelo a ciuffi su una placca foderata di carta da forno (bignè alla patata). Infornate nel **forno tradizionale Miele** con la funzione **Thermovent Plus** a 180°C per 20', oppure usate il programma automatico bignè.
Impastate grossolanamente 100 g di zucchero, 80 g di burro a pezzetti, le mandorle e 100 g di farina. Sbriciolate l'impasto con le mani in una teglia, formando un **crumble** e infornatelo a 165°C per 30'. Servite le albicocche confit con una pallina di sorbetto, la crema, i **bignè** alla patata e il crumble.

LA RICETTA ESCLUSIVA DELLO CHEF NORBERT NIEDERKOFLER

L'ALTA CUCINA A CASA TUA

Miele e lo chef Norbert Niederkofler percorrono quotidianamente un cammino verso la qualità. Qualità intesa come la ricerca di un ingrediente o di un materiale innovativo, ma anche qualità della filosofia scelta per portare avanti il proprio lavoro, con professionalità consapevole, rispetto per l'ambiente e un unico obiettivo: fare sempre meglio, senza compromessi.

Ed è proprio "Sempre Meglio", in tedesco "Immer Besser", lo slogan centenario di Miele, che ancora produce i suoi elettrodomestici con la stessa passione dei fondatori.

Un legame nel nome di una costante evoluzione lega questa solida realtà tedesca e lo chef altoatesino, spingendoli **a collaborare per creare qualcosa di prezioso**. Come queste pagine dedicate alla grandiosa offerta gastronomica italiana.

Il 2016 porta altre novità in casa Miele: la nuova serie di elettrodomestici da incasso ArtLine. Una gamma raffinata priva di maniglie che si integra a filo nei mobili seguendo una filosofia di design purista ed essenziale.
Il sensore Touch2open, integrato nel pannello comandi, consente l'apertura dello sportello semplicemente sfiorando un tasto.

3 menu da copiare

Presto e bene

Piatti semplici, **ORIGINALI**, appetitosi, belli da portare in tavola. Con ingredienti facili da trovare. Pronti da 10 a 30 minuti

RICETTE SERGIO BARZETTI **TESTI** CRISTINA PORETTI **FOTOGRAFIE E STYLING** BEATRICE PRADA

Insalata di melone bianco e giallo con feta

TEMPO 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1/2 melone bianco
1/2 melone giallo
100 g feta
50 g lattughini misti
1 mazzetto di ravanelli
olio extravergine di oliva
sale
pepe in grani

SBUCCIATE *i meloni, eliminate accuratamente i semi, tagliate la polpa a pezzi regolari e metteteli in una ciotola.*
LAVATE *i ravanelli, tagliateli a fettine per il lungo e aggiungeteli ai meloni.*
SBRICIOLATE *la feta.*
LAVATE *e scolate bene i lattughini.*
MESCOLATE *tutti gli ingredienti, condite infine l'insalata con 3 cucchiai di olio, poco sale e una generosa macinata di pepe.*
LA SIGNORA OLGA *dice che la feta è un tipico formaggio greco preparato con latte di pecora e capra, a pasta semidura friabile e piuttosto salato. Potete sostituirlo con un formaggio italiano come il quartirolo, molto simile come consistenza, meno grasso ma anche un po' meno saporito.*

Frisella, polpo e zucchine

TEMPO 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g polpo precotto
300 g 3 zucchine
4 friselle
1 cipollotto
menta
olio extravergine di oliva
sale

RIEMPITE *una bacinella di acqua e profumetela con una decina di foglie di menta leggermente schiacciate.*
IMMERGETE *nell'acqua alla menta le friselle, lasciatele ammorbidire per circa 5', poi scolatele.*
TAGLIATE *a dadini le zucchine, affettate sottilmente il cipollotto e metteteli in padella con 2 cucchiai di olio e un pizzico di sale.*
SALTATE *velocemente le zucchine per 3' lasciandole molto al dente.*
TAGLIATE *il polpo a tocchetti e conditelo con poco olio.*
SALTATELO *in una padella molto calda per non più di 1'.*
CONDITE *le friselle con le zucchine e il polpo ancora tiepidi.*

Cannolo di sfoglia con more e ricotta

TEMPO 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g ricotta
60 g more 1 disco di pasta sfoglia fresca 1 uovo
zucchero a velo limone burro

RICAVATE *dalla sfoglia 4 dischi con un tagliapasta (ø cm 11).*
UNGETE *di burro 4 forme da cannolo in metallo e avvolgetevi sopra i dischi di sfoglia, spennellateli di uovo e spolverizzateli di zucchero a velo. Appoggiate i cannoli su una placca antiaderente e cuoceteli a 200 °C per 10' circa.*
LAVATE *le more, tagliatele a metà.*
SALTATELE *in padella con un cucchiaino di burro e uno di zucchero a velo per 2-3'.*
LAVORATE *intanto la ricotta con un cucchiaio di zucchero a velo e la scorza grattugiata di un limone.*
LASCIATE *intiepidire le more e aggiungetele alla ricotta senza amalgamarle troppo.*
SFORNATE *i cannoli, lasciateli intiepidire, sfilateli dalle forme e riempiteli con la ricotta.*

25 MINUTI

Tabella di marcia

1. Preparate i **cannoli** e infornateli.
2. Bagnate le **friselle**, saltate le zucchine e il polpo.
3. Tagliate i meloni, sbriciolate la **feta** e preparate l'insalata.
4. Saltate le **more**, unitele alla ricotta e riempite i cannoli.
5. Completate le friselle con zucchine e **polpo**.

Insalata di melone bianco e giallo con feta

Cannolo di sfoglia con more e ricotta

20 MINUTI

10 MINUTI

TUTTO IL MENU IN 45 MINUTI

Frisella, polpo e zucchine

Gelato di yogurt con pasta fillo e pesche Saturnine

15
MINUTI

30
MINUTI

TUTTO IL MENU IN
40
MINUTI

Insalata di pollo, papaia e avocado

Pizzette con rucola e bresaola

25
MINUTI

Pizzette con rucola e bresaola

TEMPO 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g pasta lievitata fresca
300 g mozzarella fior di latte
150 g 1 mazzetto di rucola
8 fette di bresaola
semola rimacinata di grano duro
olio extravergine di oliva
sale

DIVIDETE *la pasta in 8 palline e lasciatele lievitare ancora per 15′ coperte da un telo.*
ELIMINATE *la parte più dura dei gambi della rucola e saltatela in padella per 5′ con un cucchiaio di olio e un pizzico di sale.*
AFFETTATE *la mozzarella.*
COPRITE *una placca con un foglio di carta da forno.*
ALLARGATE *con le dita le palline di pasta, sul tavolo cosparso di semola, giratele e infarinatele nella semola da entrambi i lati: in cottura diventeranno più croccanti.*
APPOGGIATE *le pizzette sulla placca e copritele con la rucola e le fettine di fior di latte.*
INFORNATE *a 230 °C per 8′, poi completatele con la bresaola e servitele tiepide.*

Tabella di marcia

1. Mettete a **lievitare** le palline di pasta per le pizzette.
2. Preparate i fazzoletti di **pasta fillo** e infornateli.
3. Saltate le **rucola,** affettate la mozzarella e distribuitele sulle pizzette lievitate.
4. Infornate le **pizzette**.
5. Lessate il pollo e tagliate **avocado** e **papaia**.
6. Preparate **l'insalata** e conditela.
7. Affettate le **pesche** e mettetele nelle ciotole. Al momento di servire unite il gelato e i fazzoletti di fillo.

Foto ingrediente 123rf

Scelti per voi

STILE IN TAVOLA
Sembra quasi di essere in barca con questi colorati e divertenti piatti di Ceramiche Nicola Fasano. Completa l'apparecchiatura il tovagliolo ArsalitArtes.

PROVATI E APPROVATI
I **frollini biologici di farro** Alce Nero sono ideali per preparare il ripieno delle albicocche. Sono ricchi di fibre e privi di uova e di aromi e grassi di origine animale. L'insalata di melone bianco e giallo sarà più ghiotta con briciole di Aristides, il **formaggio di latte vaccino** di Exquisa.

Insalata di pollo, papaia e avocado

TEMPO 25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
450 g petto di pollo
100 g papaia
1 avocado
1/2 limone
alloro – basilico – maggiorana
timo – senape di Digione
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PORTATE *a bollore una pentolina di acqua, salatela leggermente, poi aromatizzatela con le erbe: 3 foglie di basilico, un rametto di timo, uno di maggiorana e una foglia di alloro.*
IMMERGETE *il pollo nell'acqua aromatizzata, lessatelo per 10′ quindi spegnete, coprite e lasciatelo intiepidire nell'acqua di cottura.*
PELATE *la papaia e l'avocado e tagliate entrambi a tocchetti.*
PREPARATE *un condimento con 3 cucchiai di olio, il succo del limone, un cucchiaino scarso di senape, un pizzico di sale e uno di pepe.*
SFILACCIATE *a mano il pollo, ormai tiepido, quindi mescolatelo con la papaia e l'avocado.*
CONDITE *il pollo e completate con alcune foglie di basilico spezzettate.*
LA SIGNORA OLGA *dice che potete preparare questa ricetta anche con il pollo arrosto avanzato.*

Gelato di yogurt con pasta fillo e pesche Saturnine

TEMPO 15 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g gelato di yogurt
8 pesche Saturnine piccole
2 fogli di pasta fillo
zucchero a velo
miele

TAGLIATE *i fogli di pasta fillo in quadrati di 10 cm di lato, stropicciateli a fazzoletto quindi appoggiateli su una teglia coperta di carta da forno, spolverizzateli di zucchero a velo e infornateli a 160 °C per 5′.*
LAVATE *le pesche, tagliatele a spicchi e distribuitele in 4 coppette.*
METTETE *in ogni coppetta 2 palline di gelato, schegge di pasta fillo e completate con un filo di miele.*
LA SIGNORA OLGA *dice che il miele migliore per questa ricetta è un miele di sapore delicato e di consistenza fluida: ideali quello di acacia o il millefiori.*

Pesca Saturnina o pesca Tabacchiera

TUTTO IL MENU IN 40 MINUTI

Pasta con pomodorini gialli, zenzero e vongole

TEMPO 25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g vongole piccole
300 g pasta corta integrale
200 g pomodorini gialli
zenzero fresco
prezzemolo
aglio
olio extravergine di oliva
sale

LAVATE *accuratamente le vongole.*
METTETE *a scaldare una pentola di acqua, a bollore salatela e cuocetevi la pasta per circa 12′.*
VERSATE *le vongole in padella con uno spicchio di aglio, un ciuffetto di prezzemolo spezzettato e 4 cucchiai di olio.*
ACCENDETE *il fuoco al massimo e fate aprire le vongole.*
ELIMINATE *l'aglio, filtrate il liquido e rimettetelo in padella con le vongole, i pomodorini tagliati a metà, poi saltate per 1′ a fuoco vivo.*
UNITE *la pasta scolata, saltate ancora per 1′, completate con mezzo cucchiaino di zenzero grattugiato, mescolate e servite.*
LA SIGNORA OLGA *dice che, se utilizzate le vongole veraci, molto più grandi e pesanti, ne serviranno almeno 800 g.*

Trancio di spada impanato e fagiolini

TEMPO 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
600 g 4 tranci di pesce spada
200 g fagiolini
1 uovo
pangrattato
maggiorana fresca
olio extravergine di oliva
sale

SPUNTATE *i fagiolini e lessateli per 10′ in acqua bollente poco salata.*
RIPULITE *i tranci di spada dalla pelle, passateli nell'uovo sbattuto e nel pangrattato, poi cuoceteli in una padella generosamente velata di olio.*
GIRATE *i tranci quando saranno dorati e cuoceteli anche dall'altro lato, per 10′ in tutto.*
SCOLATE *i fagiolini, conditeli con olio, abbondante maggiorana e sale, se necessario.*
SALATE *lo spada e servitelo con i fagiolini alla maggiorana.*

Albicocche ripiene

TEMPO 10 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
70 g biscotti
20 g mandorle a lamelle
30 g cioccolato fondente
20 g burro
8 albicocche
rum o brandy

GRATTUGIATE *il cioccolato e riducete in briciole i biscotti.*
MESCOLATE *i biscotti con il cioccolato e le mandorle.*
TAGLIATE *in due le albicocche, eliminate i noccioli, mettetele in padella con il burro appoggiandole con la parte concava verso l'alto.*
RIEMPITE *l'incavo delle albicocche con il mix di biscotti.*
AGGIUNGETE *mezzo bicchierino di brandy o di rum e portate la padella sul fuoco vivo, coprite per 1′, poi scoprite e lasciate sfumare l'alcol. Spegnete e servite tiepido.*
LA SIGNORA OLGA *dice che lo stesso ripieno è adatto a pesche gialle ben sode. Cuocetele nello stesso modo, ma allungando un po' i tempi di cottura.*

Tabella di marcia

1. Mondate i **fagiolini** e lessateli.
2. Mettete a cuocere la pasta e fate aprire le **vongole**.
3. Preparate le **albicocche**, riempitele e cuocetele.
4. Cuocete il **pesce spada**.
5. Saltate la pasta con vongole e pomodorini e completatela con lo **zenzero**.

3 vini per 3 menu

MENU 1
Terre di Chieti Pecorino La Calenzana
Ha aromi fruttati intensi, tipici dell'uva pecorino diffusa nelle Marche e in Abruzzo, con note agrumate e floreali. Con le sue note balsamiche, completa armoniosamente sia l'insalata sia la frisella con il polpo. Servitelo a 8-10 °C. 5 euro.

MENU 2
Sicilia Inzolia 2014 Settesoli
I profumi delicati di fiori bianchi e di agrumi e il sapore minerale e sapido rinfrescano e completano con stimolante vivacità le pizzette e l'insalata di pollo. Servitelo a 8-10 °C. 6 euro.

MENU 3
Castel del Monte Rosato 2014 Giancarlo Ceci Un vino brioso, con profumi di cedro, glicine ed erbe aromatiche, che valorizza le intense percezioni di dolcezza della pasta e del pesce spada. Servitelo a 8-10 °C. 6 euro.

Scelti per voi da Giuseppe Vaccarini www.aspi.it

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***6 maggio***

20
MINUTI

Trancio di spada impanato e fagiolini

10
MINUTI

Albicocche ripiene

25
MINUTI

Pasta con pomodorini gialli, zenzero e vongole

L'anguria in festa

UN COCKTAIL **SCENOGRAFICO, FACILE, VIRTUOSO**.
E SUPER DISSETANTE. GARANTISCE IL SUCCESSO DELLA SERATA

COCKTAIL DRINKABLE BEREBENEOVUNQUE
TESTI ANGELA ODONE **FOTO** RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

TUTTIFRUTTI

Ingredienti per 8-10 cocktail: 10 kg *1 anguria*
1 l *succo di maracujá (frutto della passione)*
1 l *succo di mango –* ***0,8 l*** *gazzosa*
10 cl *sciroppo di orzata – lime – menta*

Tagliate leggermente uno dei due poli dell'anguria per rendere il fondo liscio e per farla stare in piedi. Tagliate e asportate l'altra calotta. Scavate la polpa, tagliatela in dadi e privatela dei semi. Tenete i dadi da parte. All'interno di una caraffa con ghiaccio, versate il succo di mango, quello di maracuja, lo sciroppo di orzata, il succo di 1-2 lime (calcolate la quantità secondo il vostro gusto) e mescolate delicatamente. Versate tutto all'interno dell'anguria, colmate con la gazzosa, unite i dadi di polpa, qualche rametto di menta e altro ghiaccio. Servite completando a piacere i bicchieri con spiedini di dadi di anguria.

analcolico

VERVE ALCOLICA
Aggiungete 30-40cl di mezcal, un distillato messicano, dal leggero sapore affumicato, ottenuto dall'agave

Questo drink è stato preparato, assaggiato e fotografato per voi nella nostra cucina il ***23 febbraio***

il profilo sapore
FRUTTATO

Foto ingrediente 123rf

PULIRE I CALAMARI

ANELLI O STRISCIOLINE, FRITTI O IN INSALATA?

Per 4 persone pulite 6 calamari da 160 g: separate dai sacchi la testa con i tentacoli e rimuovetene il becco e gli occhi. Svuotate i sacchi dagli ossi e dalle viscere, risciacquateli, quindi togliete la pellicina che li avvolge. Eliminate le pinne laterali e conservatele per altre ricette. Aprite i sacchi a libro e tagliateli a striscioline: così sono ideali da cucinare a vapore e servire in insalata. Oppure tagliate i sacchi ad anelli spessi 1 cm, passateli con i tentacoli in una miscela di farina 00 e farina di mais, in pari misura, e friggete tutto in olio di arachide ben caldo fino a doratura. Sgocciolate e servite con spicchi di limone.

TAPAS ALL'ITALIANA

Il Prosciutto iberico

Considerato uno dei migliori prosciutti al mondo, ottenuto da maiali che si nutrono solo di ghiande di quercia, ha profumo penetrante e gusto sapido e intenso. Si sposa al meglio con le bollicine.

tempo: 15' – per 4 persone:

16 fette sottili di prosciutto Iberico
4 grossi pomodori ramati – pane di Altamura (o pane di grano duro) – basilico – aglio olio extravergine di oliva

Affettate il pane di Altamura (o di grano duro), nella parte centrale, e ricavatene 4 lunghe fette spesse 1 cm. Tostatele leggermente sulla griglia di ghisa rovente 1' per lato, poi fatele intiepidire. Sbucciate uno spicchio di aglio, spuntatelo leggermente e strofinatelo sulle fette di pane per insaporirle. Lavate i pomodori, tagliateli a metà per eliminarne i semi, quindi fatene una dadolata regolare. Distribuite i dadini di pomodoro sul pane, irrorate con un filo di olio, infine accomodatevi sopra le fette di prosciutto iberico. Completate con foglie di basilico e servite.

Fate il vostro GIOCO

POCHE REGOLE, NESSUN OBBLIGO, MOLTA FANTASIA: DIVERTITEVI A COMPORRE LE VOSTRE **INSALATE DI CEREALI**

RICETTE ALESSANDRO PROCOPIO **TESTI** LAURA FORTI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

LE BASI

1 *Pasta*

2 *Quinoa*

3 *Riso*

4 *Orzo perlato*

+

LE VERDURE

5 *Mais arrostito*

6 *Zucchine grigliate*

7 *Cetrioli salati e marinati in vino e poco aceto*

8 *Melanzane a dadi arrostite al forno con sale, olio e aglio*

9 *Peperoni arrostiti con sale, zucchero e aceto*

+

Come funziona

Le nostre combinazioni
alla pagina seguente

L'INCROCIO
Scegliete una base (oltre alle nostre proposte, vanno bene anche cuscus, burghul , farro, grano, risi diversi, fregula...) e arricchitela con gli elementi delle altre colonne.

PREPARARE LE BASI
La pasta è lessata al dente, scolata e lasciata raffreddare condita con un filo di olio. Il riso, ottimo il Carnaroli per la tenuta in cottura, è lessato per 15-18' in acqua bollente salata, scolato e lasciato raffreddare. La quinoa cuoce in acqua bollente salata per 10' e l'orzo, del tipo perlato, 30-40'. Le dosi da calcolare sono di circa 70 g di "base" a testa da completare a piacere con gli elementi delle altre colonne. Potete abbondare con le verdure, mentre è preferibile non abbinare più di due o tre proteine, per non appesantire l'insieme.

LE PROTEINE

10 *Mozzarelline con menta*

11 *Prosciutto cotto arrostito in padella con olio e olive tritate*

12 *Lenticchie, tahina e sesamo nero*

13 *Uova di quaglia sode*

14 *Gamberi saltati con olio, lime ed erba cipollina*

+

LE SALSE

15 *Pomodoro crudo frullato, olio, sale e prezzemolo*

16 *Caprino, scalogno tritato, olio, sale, pepe, limone*

17 *Pesto classico*

18 *Aceto balsamico e olio*

19 *Olio, limone, semi di finocchio pestati e finocchietto tritato*

20 *Maionese al dragoncello*

Le nostre combinazioni

1 + 10 + 13 + 15

PASTA: MEDITERRANEA
Componete l'insalata di pasta. A piacere, aggiungete anche pomodorini freschi, che richiamano la salsa, foglioline di menta fresca e le zucchine grigliate (6).

3 + 8 + 14 + 17

RISO: AROMATICO
Condite il riso con il pesto e completate con i gamberi e le melanzane: il profumo di aglio e basilico dà carattere all'insalata.

4 + 5 + 7 + 11 + 19

ORZO: CAMPAGNOLO
Arricchite l'orzo con il mais, i cetrioli e il prosciutto, quindi completatelo con ciuffi di finocchietto, che richiamano il sapore del condimento.

2 + 6 + 9 + 12 + 18

QUINOA: ORTOLANA
Servite la quinoa dopo averla ben mescolata con le lenticchie e la tahina, quindi completatela con i peperoni e le zucchine. La vinaigrette dà il tocco finale all'insieme.

*Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il **2 maggio***

IL LETTORE IN REDAZIONE

PAOLO BORTOLUSSI
Per lui, agente di commercio, la cucina è un modo per esprimere la sua creatività: gli piace sperimentare e poi offrire a numerosi amici i frutti delle sue elaborazioni. "Ho cominciato a cucinare da piccolo", racconta, "osservando la nonna, esperta dei piatti tradizionali veneti, di Portogruaro in particolare. Oggi mi esercito in abbinamenti più attuali: di sapori e di colori, per creare piatti che siano anche belli da vedere. A volte, ritorno dai miei viaggi con spunti raccolti in un museo, in una mostra d'arte, in un paesaggio. E provo a trasferirli in un piatto". La ricetta che ha preparato nella nostra cucina? "Nasce da un mix di impressioni che ho interpretato con nuovi accostamenti sulla melanzana, che è il mio ortaggio preferito".

1

2

3

Spaghetti, ma senza pasta

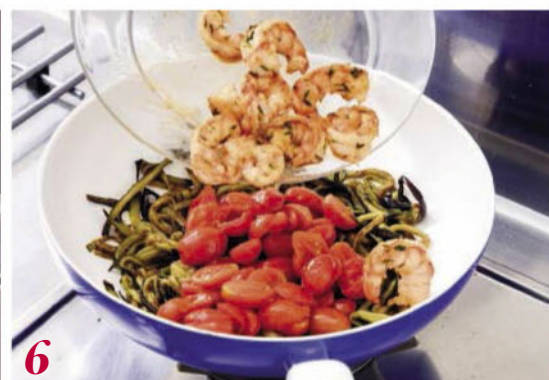
SI **ARROTOLANO** SULLA FORCHETTA COME IL PIÙ CLASSICO DEI PRIMI. MA SONO DI MELANZANA. A PIACERE, ANTIPASTO, APERTURA O SECONDO PIATTO

A CURA DI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

5

6

4

LO STILE IN TAVOLA
Padelle Moneta Pantone Universe.

ATTENTI ALL'ACQUA

Le melanzane vanno spurgate con il sale, perché cedano parte della loro acqua e assorbano meno olio durante la cottura. **Asciugatele bene** però, tamponandole con carta da cucina, altrimenti mettendole nell'olio caldo l'eventuale acqua residua lo farebbe schizzare.

PRONTO IN 60 MINUTI

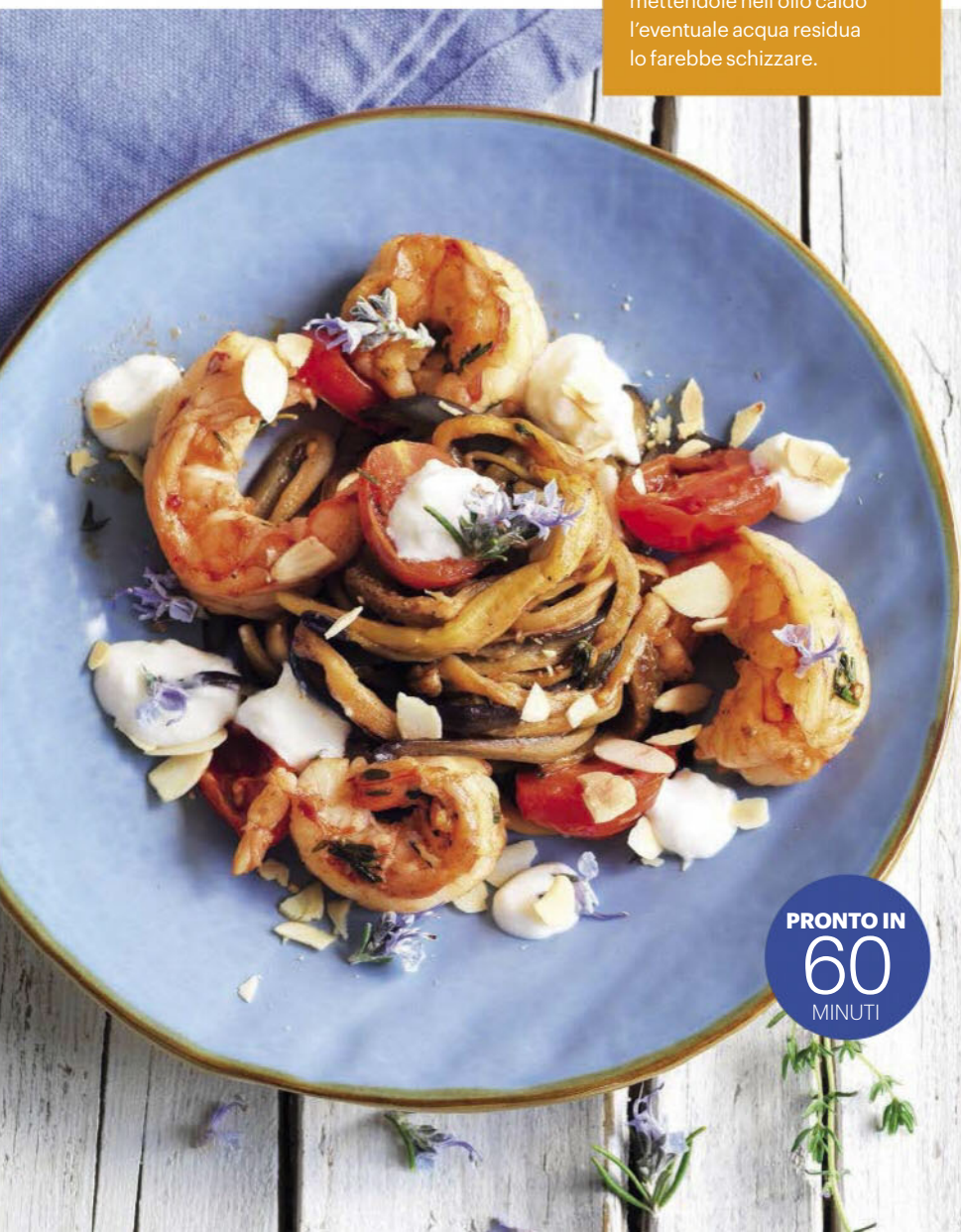
LA RICETTA

"Spaghettoni" di melanzana con gamberi e pomodori

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g melanzane lunghe
400 g pomodori datterini
400 g code di gambero
50 g mandorle a lamelle
3 spicchi di aglio – timo – Cognac
stracciatella di burrata – peperoncino
olio extravergine di oliva – sale – pepe

1-2 SPUNTATE *le melanzane, lavatele e tagliatele a fette sottili, poi a striscioline, simili a spaghetti. Mettetele a spurgare con un po' di sale in un colapasta, per 10-15', finché non si saranno ammorbidite.*
3-4 TAGLIATE *i pomodori a metà; sgusciate le code di gambero, togliete il budellino e sciacquatele sotto l'acqua. Scolate le melanzane, asciugatele e cuocetele in padella con un filo di olio e uno spicchio di aglio con la buccia, poche per volta, per circa 5'. Toglietele dalla padella e tenetele da parte. Eliminate l'aglio.*
5 CUOCETE *i pomodori con un filo di olio, sale, pepe, un peperoncino e uno spicchio di aglio con la buccia, per 2', poi toglieteli e metteteli da parte. Nella stessa padella, con altro olio e timo, saltate per mezzo minuto le code di gambero con un altro spicchio di aglio. Sfumatele con uno spruzzo di Cognac e spegnete.*
6 RIMETTETE *le melanzane in padella, unite i pomodori, poi i gamberi , saltate tutto insieme per 1' e spegnete. Servite gli spaghetti di melanzana, completandoli con le mandorle tostate e qualche fiocco di stracciatella.*

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il **29 aprile***

OLDANI INTERPRETA LA TRADIZIONE

Pappa al pomodoro

DA RUSTICA A **ELEGANTE**, DA COTTA A SEMICRUDA, DA MORBIDA A CROCCANTE. E PROMOSSA A RICETTA SQUISITA ED EQUILIBRATA

RICETTA DAVIDE OLDANI
A CURA DI LAURA FORTI **PREPARAZIONE** ALESSANDRO PROCOPIO
RITRATTO SEBASTIANO ROSSI
FOTOGRAFIE E STYLING BEATRICE PRADA

Separati in casa
Pomodori e pane non sono più mescolati né cotti insieme. Tuttavia, sono poi riuniti nel piatto, nel consueto binomio

Un piatto più
COMPLETO
grazie alla presenza delle seppie

LO CHEF
DAVIDE OLDANI
Ideatore della Cucina POP Ristorante D'O, San Pietro all'Olmo di Cornaredo (MI).

LA RICETTA TRADIZIONALE

Di origine contadina, celebra il pomodoro della piena estate, al vertice della sua dolcezza, che dà sostanza e sapore agli avanzi di pane raffermo. Tra le più conosciute "zuppe" toscane, questa pappa è ottima anche tiepida o fredda.

IMPEGNO Facile
TEMPO 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1,5 litri brodo vegetale
1 kg pomodori ramati maturi
350 g pane toscano raffermo
olio extravergine di oliva
aglio – basilico – sale – pepe

Tagliate a pezzetti i pomodori ed eliminate i semi. Cuoceteli in padella con un filo di olio per 6-8', poi frullateli. Portate a bollore il brodo, aggiungete i pomodori frullati e passate tutto al setaccio. Riportate sul fuoco il composto. **Tostate** il pane, tagliatelo a pezzetti e unitelo ai pomodori con un filo di olio, 3 spicchi di aglio tritati e un rametto di basilico intero, che infine toglierete. **Cuocete** per 10-12', mescolando spesso finché il pane non si sarà ridotto a una pappa. Salate, pepate e servite con un filo di olio crudo.

LA RICETTA D'O

Vellutata di datterini, gnocchetti e seppia

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora più 2 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g pomodori datterini maturi
200 g seppia pulita
150 g farina
50 g pangrattato
aglio – basilico – pistacchi sgusciati
olio extravergine di oliva – sale

1 FATE *intiepidire sul fuoco 100 g di olio. Quando è caldo, ma non bollente, spegnete, immergetevi uno spicchio di aglio e 20 g di basilico. Lasciate in infusione per 2 ore, poi filtrate.*
2 MESCOLATE *il pangrattato con la farina, un pizzico di sale e 100 g di acqua fredda. Fate riposare l'impasto per 30', poi fate dei cordoncini, tagliate piccoli gnocchetti e premeteli con il pollice, creando un incavo.*
3 FRULLATE *i pomodori datterini, salateli, aggiungete 2 cucchiai di olio e setacciateli. Tagliate la seppia a fettine molto sottili e tuffatele in acqua bollente salata per 30 secondi. Conditele con poco olio al basilico e sale. Lessate gli gnocchetti in acqua bollente salata, scolandoli quando tornano a galla. Serviteli con le seppie, completandoli solo all'ultimo con la vellutata di datterini. Decorate con i pistacchi tritati grossolanamente.*

LE INNOVAZIONI
L'effetto più evidente della rivisitazione è **estetico**: *il piatto ha perso l'aspetto di una "pappa", grazie agli gnocchetti di pane. Interessante il trattamento del pomodoro a crudo e degli aromi, trasmessi con più delicatezza attraverso l'infusione nell'olio. Le seppie, infine, apportano le proteine, assenti nella ricetta tradizionale, rendendo così il* **piatto più bilanciato**.

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***21 marzo***

1

2

3

CAROSELLO
È della famiglia delle *Cucurbitaceae*, ma appartiene al gruppo dei meloni: *Cucumis melo*. Di forma più o meno bombata, con buccia striata, in alcune varietà leggermente pelosa, ha pochi semi, polpa molto soda e sapore più dolce rispetto al cetriolo. Si coltiva soprattutto in Campania, Puglia, Abruzzo e Molise.

CETRIOLO
Lungo verde, mezzo lungo bianco, serpente cinese, piccolo di Parigi... Le varietà di *Cucumis sativus* sono moltissime, tutte accomunate dalla ricchezza di acqua, più del 90%, dall'abbondanza di sali minerali e dall'assenza quasi totale di calorie. Originario dell'India, era già molto amato dai Romani.

Cetriolo verde che disseta

O LO SI AMA O LO SI ODIA. MA NON SOTTOVALUTATELO. LE SFUMATURE DI COLORE E DI SAPORE DELLE SUE **MOLTE VARIETÀ** VI STUPIRANNO. CROCCANTE E RINFRESCANTE, ECCOLO IN SETTE RICETTE, COMPRESO UN COCKTAIL ON THE ROCKS

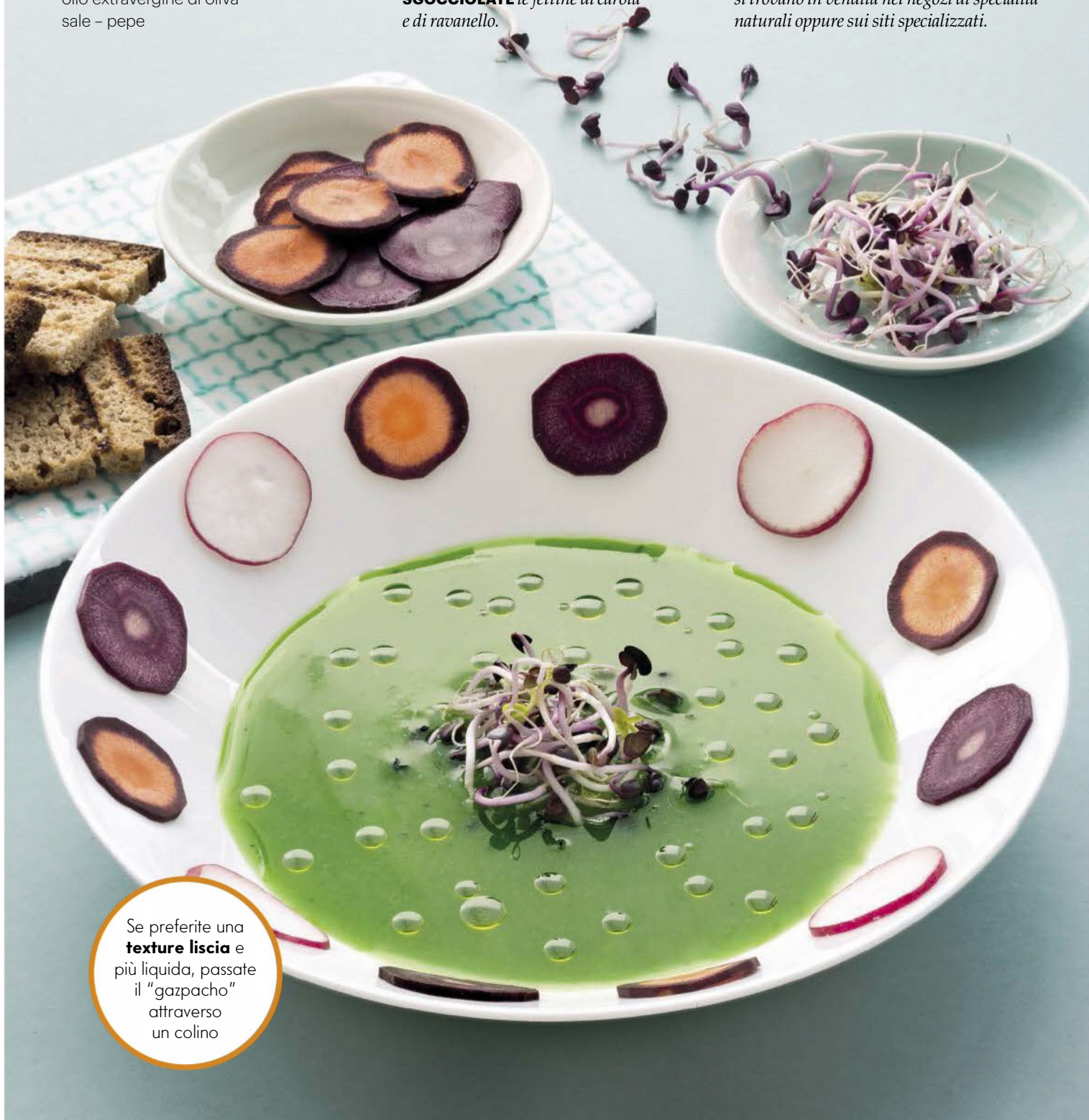
RICETTE SAURO RICCI **TESTI** ANGELA ODONE **FOTOGRAFIE** MATTEO CARASSALE **STYLING** CECILIA CARMANA

1 "Gazpacho" con carote e germogli

IMPEGNO Facile
TEMPO 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g cetriolo
200 g sedano – **4** ravanelli
1 carota arancione e viola (va bene anche solo arancione)
1 carota viola
limone – pane di segale
germogli di rucola, di crescione o di daikon
olio extravergine di oliva
sale – pepe

MONDATE *entrambe le carote e i ravanelli. Tagliate tutto in fettine molto fini, raccoglietele in un colapasta e salatele.*
TAGLIATE *delle fette di pane di segale e tostatele su una griglia rovente.*
MONDATE *il sedano, sbucciate parzialmente il cetriolo e tagliate entrambi in tocchetti.*
FRULLATELI *con un pizzico di sale, 200 g di acqua e 20 g di succo di limone. Otterrete un composto abbastanza denso.*
SGOCCIOLATE *le fettine di carota e di ravanello.*
CONDITE *il "gazpacho" con un filo di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe.*
DISTRIBUITELO *nelle fondine e decorate i bordi con le fettine di carota e di ravanello alternandoli così da ottenere un gioco cromatico. Completate al centro con un ciuffetto di germogli, scegliendoli secondo il vostro gusto tra quelli di rucola, di crescione o di daikon. Accompagnate il "gazpacho" con le fette di pane grigliato.*
LA SIGNORA OLGA *dice che i germogli si trovano in vendita nei negozi di specialità naturali oppure sui siti specializzati.*

Se preferite una **texture liscia** e più liquida, passate il "gazpacho" attraverso un colino

Per colorare i bastoncini di daikon potete sostituire lo zafferano con la **curcuma in polvere**

2 "Roll" con avocado

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 1 ora e 30′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
300 g riso Originario
100 g latte di mandorla non zuccherato
3 avocado – **2** bustine di zafferano
2 cetrioli di grandi dimensioni – **1** daikon
1 confezione di foglie di alga nori
aceto di riso – zucchero di canna
limone – pasta di wasabi
salsa di soia – miso bianco
zenzero fresco
olio di semi di girasole – sale

SCIACQUATE *più volte il riso sotto l'acqua.*
CUOCETE *il riso con 700 g di acqua (l'acqua dovrà coprire il riso di 1 cm): portate a ebollizione, mescolate, coprite con un coperchio foderato con un canovaccio, dopo 10-11′ spegnete, togliete dal fuoco e fate riposare per almeno 15′ con il coperchio.*
MONDATE *il daikon e tagliatelo in bastoncini lunghi 20 cm. Immergeteli in acqua bollente salata colorata con 2 bustine di zafferano; dopo 4′ dal bollore spegnete e lasciateli raffreddare nell'acqua di cottura.*
PELATE *i cetrioli e tagliateli in bastoncini delle stesse dimensioni di quelli di daikon.*
MONDATE *gli avocado, tagliateli a fettine, disponetele su una placca foderata di carta da forno, salatele e bagnatele con limone.*
SGRANATE *il riso, allargatelo su un vassoio e conditelo con 5 g di sale, 2 cucchiaini di zucchero di canna e 2 cucchiai di aceto di riso.*
DISTENDETE *un'alga nori (21x19 cm) su una stuoietta per arrotolare il sushi o su un canovaccio, tenendo il lato lungo verso di voi. Fate uno strato di riso spesso non più di 1 cm nei primi 2/3 di alga: dovranno rimanere 6 cm di alga libera dal riso. Accomodate a metà del riso un bastoncino di daikon, uno di cetriolo e 3-4 fettine di avocado, arrotolate strettamente aiutandovi con la stuoietta e chiudete inumidendo il bordo di alga priva di riso, in modo da sigillare il filoncino. Fate così altri 5 filoncini.*
RIFILATE *i bordi dei filoncini e poi tagliateli in rocchetti. Tenete un canovaccio bagnato vicino a voi e dopo ogni taglio pulite la lama del coltello prima di farne un altro.*
GRATTUGIATE *un tocchetto di circa 2-3 cm di zenzero fresco. Strizzate la polpa così da ottenere 10 g di succo.*
FRULLATE *il latte di mandorla con 20 g di succo di limone, sale e 250 g di olio, unendolo a filo, fino a ottenere una salsa tipo maionese. Dividete a metà la salsa: completatene una parte con 20 g di pasta di wasabi e l'altra con 15 g di miso bianco, 15 g di salsa di soia e il succo di zenzero: frullate unendo a filo ancora 40 g di olio.*
SERVITE *i "roll" con le due salse in ciotoline separate e decorate a piacere.*

3 Barchette farcite di pane alla mediterranea

IMPEGNO Facile
TEMPO 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

6 pomodori secchi sott'olio
2 cetrioli di grandi dimensioni
mollica di pane casareccio
capperi dissalati
olive taggiasche sott'olio snocciolate
aneto – limone
insalatina mista
olio extravergine di oliva
sale – pepe

LAVATE *bene i cetrioli, divideteli a metà nel senso della lunghezza, eliminate i semi e scavateli. Tritate e conservate la polpa che ricaverete.*
DIVIDETE *i mezzi cetrioli in 2-3 tocchi così da ottenere delle barchette.*
TRITATE *un cucchiaio di olive, uno di capperi, 2-3 scorze di limone, i pomodori secchi e un ciuffetto di aneto.*
UNITE *50 g di mollica di pane tritata e la polpa di cetriolo tenuta da parte.*
IMPASTATE *questa farcia condendo con un filo di olio e una macinata di pepe. Aggiustate di sale, se serve.*
DISTRIBUITE *la farcia nelle barchette di cetriolo.*
DISPONETE *le barchette su un piatto di portata, unite qualche foglia di insalatina, condite con un filo di olio e completate con ciuffetti di aneto, olive e capperi.*

Potete arricchire la farcia con qualche **filetto di acciuga** sotto sale dissalato e tritato

4 Involtini ripieni di quinoa e ricotta con salsa di lamponi

IMPEGNO Medio
TEMPO 45 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PEZZI
200 g lamponi
200 g quinoa
200 g ricotta di pecora
60 g aceto di vino
3 cetrioli
1 gambo di sedano
erba cipollina – zucchero
limone – lime
dragoncello
olio extravergine – sale

RACCOGLIETE *la quinoa in 600 g di acqua con 2 g di sale. Portate sul fuoco, al bollore riducete la fiamma al minimo, coprite con il coperchio, lasciando un piccolo spiraglio per far uscire il vapore e cuocete per 20'.*
RACCOGLIETE *in una casseruola 30 g di zucchero e 1 cucchiaio di acqua. Quando inizia a fare delle bolle piccole unite il succo di un limone, l'aceto e poco dopo aggiungete i lamponi; mescolate schiacciandoli e cuoceteli per 5-6' a fuoco vivo; spegnete, frullate tutto e passate al colino ottenendo una salsa liscia.*
SCOLATE *la quinoa e amalgamatela con la ricotta, 10 g di dragoncello tritato finemente, un pizzico di sale, un cucchiaio di olio, un trito fine di sedano e di erba cipollina e la scorza grattugiata di mezzo lime.*
MONDATE *i cetrioli e affettateli molto sottilmente nel senso della lunghezza con la mandolina o con un coltellino.*
DISPONETE *5-6 fette di cetriolo leggermente sovrapposte su un foglio di carta da forno, distribuite la farcia di quinoa e, aiutandovi con la carta da forno, arrotolate e chiudete l'involtino. Fate così altri 5 involtini.*
RIFILATE *i bordi degli involtini e serviteli con la salsa. Decorate a piacere con cerfoglio.*

Se non amate la ricotta di pecora, potete sostituirla a piacere con **ricotta vaccina, robiola o crescenza**

Idee facili con il cetriolo

Fresche, rapide da preparare, ideali per un brunch, per una cena in terrazza o per un cocktail, moderno e super aromatico

INSALATA FREDDA DI MALLOREDDUS

Per 4 persone lessate 320 g di malloreddus per 10-12' in acqua salata, scolateli, allargateli su un vassoio e ungeteli di olio. Quando saranno freddi, mescolateli con 100 g di pomodori datterini e 100 g di cetriolo a tocchetti, un cipollotto a listerelle, 100 g di friggitelli in quadratini di piccole dimensioni. Condite tutto con un pizzico di sale, 20-25 g di olio, 5 g di aceto di mele, poca senape rustica e un cucchiaino di semi di finocchio pestati grossolanamente. Completate con foglie di basilico a filetti e decorate a piacere con rondelle di cetriolo.

"MOSCOW MULE"

Per 2 cocktail pestate delicatamente in un mixing glass un ciuffo di foglie di menta, unite il ghiaccio, 120 g di ginger beer, 80 g di succo di cetriolo (si ottiene con centrifuga, estrattore oppure come spiegato nella ricetta dello tzatziki qui a fianco) e 80 g di vodka ghiacciata. Mescolate, filtrate in 2 coppe e servite con nuovo ghiaccio, fettine di cetriolo e di zenzero. Decorate a piacere con foglioline di menta e spicchi di limone pelati a vivo.

TZATZIKI CON MANDORLE E MANGO

Per 4 persone pelate parzialmente 5 cetrioli, poi grattugiateli e fateli scolare. Strizzate con energia il cetriolo grattugiato ottenendo circa 300 g di polpa. Conservate tutto il liquido ricavato: potrete usarlo per preparare il "Moscow Mule" qui accanto. Grattugiate molto finemente mezzo spicchio di aglio. Tritate un ciuffo di prezzemolo. Tostate 30 g di mandorle a lamelle in una padella antiaderente rovente senza grassi per 1-2'. Mescolate il cetriolo e l'aglio grattugiati con 150 g di yogurt greco, il succo di mezzo limone, 15 g di olio, un pizzico di sale, il prezzemolo tritato, poca scorza di limone grattugiata e la polpa di un piccolo mango tagliata a dadini. Completate con le mandorle a lamelle e decorate a piacere con fettine di mango e foglioline di prezzemolo.

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***26 aprile***

LO STILE IN TAVOLA

Piatto del "gazpacho" e delle barchette Ikea, piattini rotondi e rettangolari Royal Doulton, vassoio e sottobicchiere di legno LSA International, bicchiere e piatto degli involtini ASA Selection, coppetta, coppa e ciotole di vetro Lobmeyr, vassoi tipo piastrella e fondo di ceramica Made a Mano.

Mangia & bevi

SUCCO DI FRUTTI E ORTAGGI, YOGURT, LATTE DI COCCO, GELATO. MA ANCHE CEREALI, GAMBERI ARROSTITI E CRUMBLE: TUTTA LA FRESCHEZZA DELL'ESTATE IN OTTO IDEE... **AL BICCHIERE**

RICETTE SERGIO BARZETTI
TESTI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

1

Frullato di papaia, cocco e maracujá con ribes

PRANZO O DESSERT
Il mix di yogurt e gelato, sostenuto dai cereali, rende questo bicchiere un piccolo pasto completo. In quantità ridotte, invece, è un ottimo dessert.

3

Gelato e more con frullato di pesche

2

Yogurt al caffè con cereali e gelato al pistacchio

Un'idea alternativa per una originale colazione, fresca e **vitaminica**. Da completare con biscotti secchi

Le ricette *alle pagine seguenti*

1 Frullato di papaia, cocco e maracujá con ribes

IMPEGNO Facile
TEMPO 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g polpa di papaia
200 g latte di cocco
500 g 8 maracujá (frutto della passione)
125 g ribes

APRITE *i maracujá e filtrate la polpa, ricavando il succo, senza i semini.*
FRULLATE *la papaia con il latte di cocco e il succo di maracujá.*
VERSATE *il frullato nei bicchieri e completate con i chicchi di ribes.*

2 Yogurt al caffè con cereali e gelato al pistacchio

IMPEGNO Facile
TEMPO 10 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
450 g gelato di pistacchio
370 g yogurt al caffè
80 g granella di pistacchio
30 g cereali soffiati (riso, orzo, farro, miglio)
cioccolato bianco – miele
chicchi di caffè

SPENNELLATE *il bordo dei bicchieri con un po' di miele e passateli nella granella di pistacchio.*
MESCOLATE *i pistacchi rimasti con metà dei cereali e mettetene un po' sul fondo dei bicchieri.*
AGGIUNGETE *il gelato, quindi i cereali rimasti e completate con lo yogurt. Decorate con riccioli di cioccolato bianco e chicchi di caffè.*

3 Gelato e more con frullato di pesche

IMPEGNO Facile
TEMPO 10 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g gelato fiordilatte
250 g polpa di pesche gialle senza buccia
200 g more
100 g polpa di pesche noce con la buccia – limone

FRULLATE *il gelato con le more; frullate la polpa delle pesche con il succo di mezzo limone.*
VERSATE *i due frullati nei bicchieri, mettendo alla base il gelato con le more. Guarnite a piacere con pezzetti di more e di pesche.*

4 Estratto di peperone e mango con pomodori e gamberi

IMPEGNO Facile
TEMPO 25 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
600 g mango maturo pulito
500 g peperone giallo pulito
150 g pomodori datterini
8 code di gambero
erba cipollina
olio extravergine di oliva

METTETE *nell'estrattore prima il mango, poi il peperone in modo da estrarre i succhi separatamente.*
SGUSCIATE *le code di gambero e togliete il budellino; saltatele per mezzo minuto in padella con un filo di olio, poi spegnete e tagliatele a pezzetti.*
TAGLIATE *a pezzetti anche i pomodori.*
COMPONETE *i bicchieri mettendo sul fondo i gamberi e i pomodori e colmandoli poi con i due estratti. Guarnite con un po' di erba cipollina tritata e con qualche filo intero.*
LA SIGNORA OLGA *dice che l'estrattore è uno strumento che, a differenza della centrifuga, funziona a bassa velocità ed estrae il succo di frutti e ortaggi con più delicatezza: evitando il calore generato dall'attrito dell'alta velocità, i nutrienti, le vitamine e i colori rimangono inalterati.*

5 Pomodoro, mozzarella al basilico e frisella

IMPEGNO Medio
TEMPO 30 minuti più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
700 g pomodori perini
250 g mozzarella di bufala
10 g gelatina in fogli
1 frisella
basilico
olio extravergine di oliva
sale – pepe

SCOTTATE *i pomodori e sbucciateli, tagliateli a metà e raccogliete in un setaccio la polpa interna con i semi. Filtratela bene recuperando il liquido: aggiungetevi 200 g di acqua, 2 foglie di basilico, sale e frullate tutto con il frullatore a immersione, quindi filtrate nuovamente con una pezzuola di stoffa.*
PESATE *350 g di questo liquido e scaldatelo. Scioglietevi la gelatina ammollata e strizzata quindi versate il composto in 4 bicchieri cilindrici e mettete a raffreddare per 1 ora in frigorifero.*
FRULLATE *i mezzi pomodori ottenendo una crema densa, quindi frullate, a parte, anche la mozzarella, con un ciuffone di basilico, 4 cucchiai di olio, 4 cucchiai del liquido in cui è conservata e pepe.*
RIPRENDETE *i bicchieri e riempiteli con uno strato di mozzarella al basilico, uno di pomodoro, quindi completate con briciole di frisella.*

UNA CAPRESE A STRATI
Quattro consistenze in una versione contemporanea del tipico piatto campano.

4
Estratto di peperone e mango con pomodori e gamberi

5
Pomodoro, mozzarella al basilico e frisella

Due proposte originali per un **pranzo in terrazza** o per uno stuzzicante aperitivo

PER IL MARE
Un mix al betacarotene, molto dissetante e utile per l'abbronzatura.

6
Succo di mirtilli, panna e crumble di mais

La **morbidezza** della panna gioca con il croccante del crumble e con la freschezza dei mirtilli

7
Frullato di melone e albicocche

6 Succo di mirtilli, panna e crumble di mais

IMPEGNO Facile
TEMPO 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g mirtilli
250 g panna fresca
170 g yogurt greco
75 g farina di mais finissima
50 g burro
40 g zucchero di canna grezzo
1 tuorlo – zucchero semolato – sale

FRULLATE *il burro ammorbidito con il tuorlo, lo zucchero di canna e un pizzico di sale, montando leggermente il composto. Aggiungetevi poi la farina di mais, incorporandola con una spatolina.* **DISTRIBUITE** *il composto su una placca coperta con carta da forno e infornate a 180 °C per 8′ circa.* **SFORNATE** *e lasciate raffreddare, quindi sbriciolate la pasta, ottenendo il crumble.* **METTETE** *200 g di mirtilli nell'estrattore, ottenendone il succo; montate la panna con 2 cucchiaini di zucchero, mescolatela con lo yogurt greco, quindi componete i bicchieri alternando il composto di panna con il succo di mirtilli e il crumble. Completate con i mirtilli rimasti.*

7 Frullato di melone e albicocche

IMPEGNO Facile
TEMPO 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
350 g polpa di melone arancione
250 g polpa di albicocche
10 foglie di menta – limone

FRULLATE *il melone insieme con le albicocche, il succo di mezzo limone e le foglie di menta sminuzzate. Se volete aggiungere un pizzico di verve alcolica, potete completare il frullato con un po' di rum.*

8 Estratto di uva con melone e crème de cassis

IMPEGNO Facile
TEMPO 15 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
850 g acini di uva bianca e rosa
60 g polpa di melone bianco
limone – crème de cassis

IRRORATE *gli acini di uva con il succo di mezzo limone, poi metteteli nell'estrattore, ricavando il succo.* **VERSATE** *sul fondo di 4 bicchieri 2 cucchiai di crème de cassis ciascuno, poi aggiungete l'estratto di uva; completate con il melone a pezzetti e servite.*
LA SIGNORA OLGA *dice che, se preferite una versione analcolica, potete utilizzare lo sciroppo di cassis anziché la crème.*

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***5 maggio***

LO STILE IN TAVOLA
Bicchieri del frullato di papaia e dell'estratto di uva Bormioli Rocco, nastrino Brizzolari.
Ringraziamo Hurom per l'estrattore utilizzato in questo servizio.

8
Estratto di uva con melone e crème de cassis

La crème de cassis dà una nota **alcolica** al mix, rinforzando il sapore zuccherino di uva e melone

Arrostire il pesce

SULLA **GRIGLIA**, REGINA DELL'ESTATE, MA ANCHE AL FORNO E IN PADELLA, PER COTTURE MENO DIRETTE O PIÙ VELOCI. ECCO COME RENDERE MORBIDA E SUCCULENTA LA DELICATA POLPA DEI PRODOTTI DEL MARE

A CURA DI WALTER PEDRAZZI
REALIZZAZIONE GIOVANNI ROTA
TESTI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

La cottura arrosto è una delle più appetitose, anche per il pesce, particolarmente apprezzato nei mesi estivi. A contatto diretto con la fonte di calore, tra 140 e 180 °C, in superficie si forma una crosticina croccante e molto gustosa, dovuta alla coagulazione di elementi zuccherini e proteici; una reazione complessa chiamata "di Maillard", il chimico francese che la studiò e descrisse all'inizio del Novecento. Quando si arrostiscono i pesci, come si è visto lo scorso mese per le verdure, per poter ottenere una bella doratura esterna e una corretta cottura all'interno è importante valutare il tipo, la dimensione, il taglio dei pesci e lo strumento da usare per cuocerli.

QUALI PESCI?
Tutti si prestano a essere arrostiti: pesci a sezione piatta, tonda o ovale, molluschi cefalopodi e crostacei. Tutti vanno puliti dalle interiora prima della cottura; i più piccoli si cuociono interi, i più grandi si tagliano, in tranci o in filetti. Quelli di pezzatura media si possono cuocere interi o sfilettati. Si può arrostire con la pelle o il guscio, ma anche senza.

GLI STRUMENTI
Oltre a buone padelle e buone griglie da scaldare sul fornello, si ottengono ottimi risultati anche con gratelle da appoggiare sulla brace. Le migliori sono quelle "a libro", cioè dotate di una cerniera che consenta di tenere all'interno il pesce e di voltarlo sui due lati senza muoverlo, evitando così di romperlo. Per tutte le cotture, poi, soprattutto per pesci interi o in grandi tranci, sono utili palette per voltare i pezzi in cottura e pinze non appuntite, con le quali afferrare i pesci senza lacerarne le carni delicate.

I tipi di pesce

Abbiamo scelto diverse tipologie di pesce. Alcuni sono adatti a tutte e tre le modalità di arrostitura, altri si prestano meglio a una o all'altra cottura.

Pesci a sezione piatta: rombo

Pesci a sezione ovale: orata

Pesci a sezione ovale: spigola

Grossi pesci: tonno

Grossi pesci: spada

Crostacei: gambero

Molluschi cefalopodi: seppia

Pesci a sezione rotonda: sgombro

SULLA GRIGLIA

Temperature elevate e poco grasso

Sgombri, orate, spigole da porzione e altri pesci simili sono ottimi alla griglia: squamati ed eviscerati, si appoggiano direttamente sulla griglia molto calda, con poco olio, volendo riempiti di aromi nel ventre. Anche molluschi e crostacei sono adatti alla griglia. Per questa cottura, non conviene eliminare pelle e carapace che proteggono la polpa.

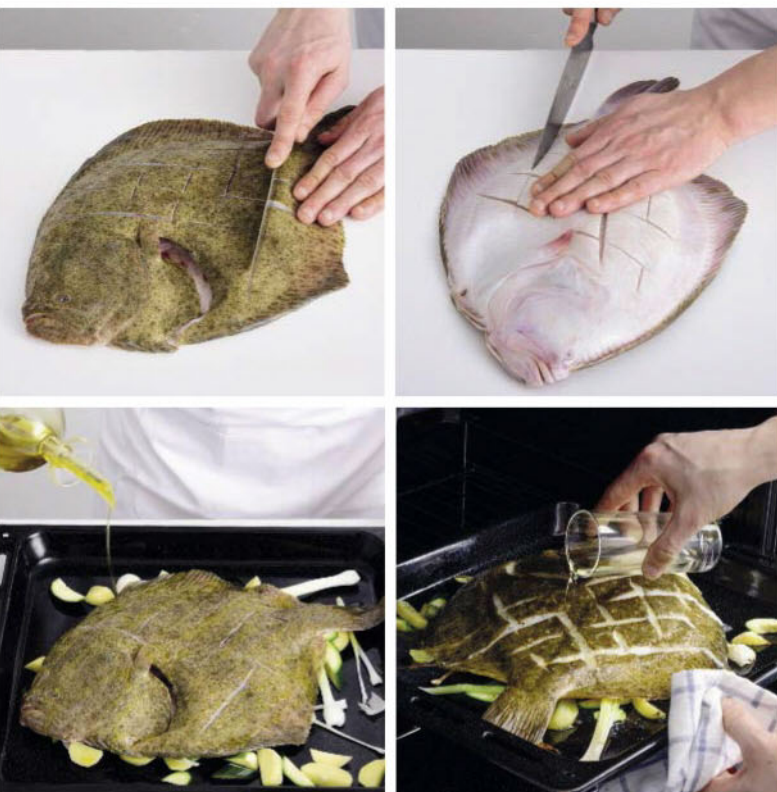
Gamberi
Vanno grigliati **con il carapace***, che impedisce alla polpa delicata di attaccarsi al piano di cottura. Per questo motivo, però, servirà una fiamma molto alta. Prima di cuocerli bisogna togliere il budellino, "pinzandolo" con uno stecchino nel punto in cui la testa si articola al carapace. Se si rompe, si può eliminare l'ultimo anello del guscio per "intercettare" con lo stecchino il tratto finale del budellino ed eliminarlo. Cuocete i gamberi per 2' su un lato e per 1' sull'altro.*

Sgombri e pesci simili *Sono più adatti da cuocere sulla griglia piuttosto che in padella, perché tendono ad asciugarsi: la griglia, che raggiunge temperature più elevate, permette una cottura più rapida, che evita un'eccessiva perdita di umidità. Come in tutti i pesci, il* **grasso** *si concentra tra pelle e polpa: in cottura, questo va ad ammorbidire la polpa e consente di cuocere quasi senza aggiunta di grassi. Gli sgombri, però, ne sono particolarmente ricchi: conviene incidere la pelle per eliminarne l'eccesso. I pesci hanno pelle delicata, perciò conviene voltarli il meno possibile. Grigliate gli sgombri per 4' su un lato e per 2' dall'altro.*

Molluschi e pesci a pezzetti
Seppie e calamari *si possono cuocere alla griglia: infilzate i corpi tagliati a strisce su stecchi da spiedo per voltarli più facilmente. Durante la cottura, spennellate con olio ed erbe, per profumarli. Cuocete per 1-2' su un lato e per 1' sull'altro. Per cuocere bene spiedini con* **bocconi** *di pesci più grandi (spada, tonno, salmone, pescatrice...) dovete innanzitutto tagliare il pesce in cubetti uniformi nelle dimensioni. Grigliate poi ad alta temperatura all'inizio, poi abbassate il fuoco, altrimenti bruceranno all'esterno rimanendo crudi al cuore. Cuocete per 2' sul primo lato, poi per 1' su tutti gli altri.*

NEL FORNO

Calore costante

L'arrostitura in forno richiede una rosolatura iniziale, che si può fare in padella o direttamente nel forno, iniziando la cottura a temperatura elevata, per poi abbassarla. Poiché l'azione del forno è forte e costante, bisogna dare umidità aggiuntiva per idratare le carni, bagnando con un liquido a metà cottura.

Rombo *Di grandi dimensioni è ideale da arrostire nel forno, intero. Prima di infornarlo, bisogna* **incidere la pelle** *su entrambi i lati, per favorire la cottura e per evitare che si arricci. Attenzione a non praticare tagli troppo profondi, che farebbero asciugare la polpa. Il pesce va poi unto di olio, salato e pepato, poi appoggiato su una base di verdure affettate, che lo tengano sollevato dalla teglia: in questo modo non brucerà la pelle e l'interno avrà il tempo di cuocere. I pesci a sezione piatta vanno appoggiati sul lato più chiaro, lasciando esposta al calore più forte la pelle scura, più resistente, e la parte del pesce con il filetto più alto. In base alla pezzatura del pesce, vanno* **regolati tempi e temperature**. *Un rombo di 1,2 kg, da 4-6 persone, richiede una rosolatura decisa ad alta temperatura (190 °C) per 6', poi una cottura a temperatura più bassa (170-180 °C) per circa 20', bagnando con vino bianco dopo 5-6'. Un pesce più grande richiede cotture più lunghe a temperature più basse.*

Spigole e pesci da porzione *Squamati e svuotati, si possono farcire nell'apertura ventrale con limone, aromi ed erbe. Conviene poi tagliare le punte della coda, per evitare che brucino. I pesci più piccoli non hanno bisogno di rosolatura e cuociono a* **temperatura costante** *a 180 °C per circa 10-12', appoggiati in una pirofila con un filo di olio e poco vino bianco. Per saggiare la cottura, bisogna controllare il punto in cui la testa si attacca alle branchie, dove il pesce è più alto e la cottura "impedita" dalle parti coriacee: la polpa lì deve essere cotta, ma ancora un po' rosea e umida; se è secca, il resto del pesce sarà troppo cotto.*

Spiedini *Per cuocere in forno pesci spellati e tagliati a pezzetti è utile una* **panatura aromatica** *che, oltre a dare sapore, assorbe il liquido rilasciato dalla polpa che, nel forno, è più abbondante. Preparate spiedini con pesci che abbiano tempi di cottura* **omogenei**, *oppure tagliate in pezzi più piccoli i pesci che richiedono tempi più lunghi.*

IN PADELLA

Cottura veloce

L'arrostitura in padella è di solito la più veloce e si utilizza per pesci più piccoli, oppure tagliati in bocconi, tranci o striscioline. Quando i pesci cotti in padella sono spellati è necessario l'utilizzo di grasso per cuocerli, in assenza di quello naturale del pesce. Se, invece, si cuociono piccoli tranci con la pelle si può limitare l'olio, sfruttando quello rilasciato dal pesce.

Gamberi *Per la cottura in padella,* **vanno sgusciati***, privati del budellino interno e incisi nella parte più spessa, per rendere i tempi di cottura omogenei con le code, più sottili. I gamberi sono abbastanza ricchi di grasso, per cui basterà un filo di olio: si possono aggiungere aromi ed erbe. Non vanno mossi per qualche secondo: solo dopo si saltano per circa 2'.*

Seppie *Se tagliate a fettine sottili, cuociono* **molto velocemente***. Conditele con olio e aromi, lasciandole insaporire per 30': potrete così cuocerle in pochissimo olio caldo. Come i gamberi, anche le seppie vanno unite in padella nell'olio caldo e lasciate ferme per 40 secondi, prima di saltarle.*

Tonno *Un filetto di tonno si può cuocere in padella tagliato in fette spesse circa 3,5 cm. Unto di olio e passato nei semi di sesamo che lo proteggono e lo insaporiscono, cuoce con* **olio caldo** *per circa 2' sul primo lato e per 1' e 30 secondi sull'altro lato, più qualche secondo anche sui bordi. Il cuore del filetto deve mantenersi morbido,* **idratato e roseo***. Lo strato di semi di sesamo, come un'impanatura, isola il pesce dal calore: senza, ha bisogno di meno olio e di qualche secondo di cottura in meno.*

SALMONE IN TRE MODI

Alcuni pesci si prestano a essere arrostiti tanto sulla griglia quanto in forno o in padella. Emblematico il salmone, comunque ottimo. Conviene, però, tagliarlo in modi diversi secondo la tipologia di cottura cui si sceglie di destinarlo.

PER LA GRIGLIA

I tranci con l'osso sono i più adatti, perché hanno uno spessore uniforme. Si ottiene così una cottura omogenea. Voltateli un paio di volte, ruotandoli per ottenere una "rete" sulla superficie. Cuoceteli per circa 3-4' per lato, sulla griglia unta di olio.

PER IL FORNO

Scegliete pezzi grossi di filetto, e incidete la pelle come per il rombo. Appoggiateli con la pelle verso l'alto, completate con erbe e aromi, quindi infornate a 180 °C per circa 15'. Per tranci da 400 g in su, rosolateli in padella e poi infornateli, cuocendoli per circa 7-8'.

PER LA PADELLA

I filetti da porzione vanno cotti appoggiati prima sulla pelle. Questa va incisa per evitare che il filetto si arricci e si sollevi dalla padella compromettendo così la cottura. Dove il filetto è più sottile, tuttavia, conviene lasciare integra la pelle, per proteggere la polpa. Cuoceteli per 5' sulla pelle, salateli poi voltateli per 2-3' sulla polpa.

Questi pesci sono stati preparati, assaggiati e fotografati per voi nella nostra cucina il ***5 aprile***

LO STILE IN TAVOLA

Padelle colorate Moneta Pantone Universe, griglia grande rettangolare Smeg.

Nella prossima puntata:
brasare e stufare il pesce

3 variazioni sul carpaccio

SEMPLICE E BUONO VUOL DIRE SEMPLICE E PERFETTO. PERCHÉ NON SONO AMMESSI IMBROGLI E SCORCIATOIE. COME IN QUESTO PIATTO CHE SI PORTA IN TAVOLA "NUDO E CRUDO"

RICETTE JACOPO MARIA BIANCHI **TESTI** AMBRA GIOVANOLI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

Ricetta classica

IMPEGNO Facile
TEMPO 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 g 1 trancio di filetto di manzo
150 g olio extravergine di oliva più un po'
1 uovo – Cognac – salsa Worcester – limone – sale – pepe bianco

Come in un quadro

Oggi con il termine carpaccio si usa indicare ogni preparazione a base di fette sottilissime di carne cruda, ma anche di pesce, di verdure e perfino di frutta. A dare il via alla lunga serie di interpretazioni fu Giuseppe Cipriani, fondatore dell'Harry's Bar di Venezia, il quale mise a punto la sua ricetta nel 1950, per la contessa Amalia Nani Mocenigo, alla quale il medico aveva proibito di mangiare carne cotta: un buon filetto, ben sgrassato, tagliato sottilmente, come fosse prosciutto, e decorato "alla Kandinsky" con una salsa universale. E poiché in città non si faceva che parlare della mostra del pittore Vittore Carpaccio, Cipriani battezzò in suo onore il piatto, anche per una certa analogia tra le sfumature di rosso usate dall'artista e quelle della carne.

COME SI FA

1 AFFETTATE *il filetto in 4 fette spesse 1,5 cm.*

2 SISTEMATE *sul piano di lavoro un foglio di pellicola per alimenti, spennellatelo con l'olio, quindi adagiatevi sopra una fetta di filetto e copritela con un secondo foglio di pellicola.*

Buono a sapersi

Il nostro cuoco ha usato un'unica fetta di filetto di manzo, ben battuta, anziché le fette sottilissime che si richiedono d'abitudine al macellaio per questa preparazione. Inoltre ha insaporito la salsa con il Cognac, le varianti, però, sono innumerevoli.

- **Per la scelta della carne:** l'ideale sono il filetto e il controfiletto di manzo ma sono adatti anche lo scamone e il magatello. Potete acquistarla anche già affettata, ma usatela entro 2 ore.
- **Per il carpaccio alla Cipriani:** usate il controfiletto e unite alla maionese una punta di senape, 3 gocce di salsa Worcester e un cucchiaio di aceto.
- **Per una salsa più cremosa:** sostituite l'aceto con 2 cucchiai di latte o di panna.

3 BATTETE *la fetta di filetto con il batticarne, effettuando dei movimenti leggeri dal centro verso l'esterno, finché non sarà sottile un paio di millimetri.*

4 RIMUOVETE *il foglio di pellicola con delicatezza, poi battete allo stesso modo le altre 3 fette.*

5 SBATTETE *l'uovo con un pizzico di sale e una spruzzata di limone, poi unitevi l'olio, a filo, continuando a montare finché non otterrete una maionese fluida.*

6 AGGIUNGETE *alla maionese un cucchiaio di Cognac e alcune gocce di salsa Worcester.*

7 SALATE *e pepate il fondo di 4 piatti e adagiate in ciascuno una fetta di filetto ben stesa.*

8 COMPLETATE *con la salsa, versata a filo dal cucchiaio, creando dei decori astratti, a piacere.*

Le tre variazioni *alle pagine seguenti*

LO STILE IN TAVOLA
Ciotola di vetro Bormioli Rocco, frusta colorata in silicone Zeal.

1

Potete replicare la stessa ricetta con le zucchine crude o con i cetrioli, decorando a piacere con erbe e frutta, sia fresca sia secca

DI VERDURA

Carote, mela verde e nocciole

IMPEGNO Facile
TEMPO 45 minuti più 30′ di marinatura
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 grosse carote – **1** mela verde
aneto fresco – coriandolo fresco
limone – nocciole – cumino in polvere
olio extravergine di oliva – sale – pepe

MONDATE *le carote e affettatele molto finemente, meglio con la mandolina: dovranno essere spesse circa 1 millimetro.*

ADAGIATELE *ben stese in una teglia, conditele con una decina di ciuffi di aneto, qualche foglia di coriandolo, una grattugiata di scorza di limone, una macinata di pepe e un filo di olio, poi copritele con un foglio di carta da forno e ponetevi sopra un peso in modo da pressarle e non farle arricciare. Lasciatele marinare in questo modo, fuori del frigo, per circa 30′.*
TOSTATE *una decina di nocciole in una padellina senza condimenti per 1′, poi tritatele in modo grossolano.*

TAGLIATE *in due la mela, senza sbucciarla, eliminate il torsolo e i semi, quindi frullatene metà con una punta di cumino e 30 g di olio ottenendo una salsina. Tagliate il resto della mela a bastoncini sottili.*
STENDETE *le fette di carota nei piatti, affiancandole fra loro in modo da formare una base quadrata, distribuitevi sopra la granella di nocciola, altri ciuffi di aneto, foglie di coriandolo e i bastoncini di mela.*
CONDITE *con un pizzico di sale, un filo di olio e completate con la salsina alla mela.*

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***27 aprile***

DI PESCE

Palamita con salsa esotica e grana

IMPEGNO Facile
TEMPO 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 kg 1 piccola palamita o 400 g di filetti
100 g miso chiaro
70 g salsa di soia
15 g grana a scaglie sottili
12 acini di uva lavati
succo di yuzu
insalata riccia mondata
olio extravergine di oliva

SCALDATE *la salsa di soia in una casseruolina, a fuoco molto lento, per alcuni minuti finché non si sarà addensata.*
FRULLATE *il miso con 25 g di olio e 10 g di succo di yuzu, ottenendo una salsa saporita.*
TOGLIETE *dal fuoco la salsa di soia ridotta e lasciatela raffreddare.*
SFILETTATE *la palamita (della famiglia del pesce azzurro, ha polpa simile a quella del tonno) e affettatela sottilmente.*
INTINGETE *un pennello nella riduzione alla soia e "sporcate" con una lunga pennellata il fondo dei piatti: accomodatevi le fette di palamita, una manciata di insalata, qualche scaglia di grana e l'uva tagliata a metà.*
COMPLETATE *con la salsa e servite subito.*

LA SIGNORA OLGA *dice che il miso è un condimento orientale, apprezzato in modo particolare in Giappone. Prodotto dalla fermentazione della soia gialla, si presenta come una pasta dal gusto molto sapido. Lo yuzu, invece, è un agrume asiatico simile, nel sapore e nell'aspetto, a un limone. In Italia si trova già spremuto, in succo. Entrambi i prodotti si acquistano nei negozi biologici o di specialità etniche.*

2

DI FRUTTA

Anguria al rosmarino con crema di avocado

IMPEGNO Facile
TEMPO 35 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g polpa di anguria
100 g polpa di avocado **35 g** pinoli
5 bacche di pepe rosa **1** fava tonka
lime rosmarino olio extravergine di oliva

SCALDATE *appena 100 g di olio, spegnete il fuoco e mettetevi in infusione un rametto di rosmarino per 15'. Versate tutto in una ciotolina e fate raffreddare in frigo.*
TOSTATE *i pinoli in una padellina per 1'.*
SBRICIOLATE *le bacche di pepe rosa schiacciandole con la lama di un coltello.*
AFFETTATE *molto finemente l'anguria, poi ricavatene dei dischi con un tagliapasta rotondo (ø 6-7 cm) e conservateli in frigo.*
FILTRATE *l'olio per eliminare il rosmarino.*
FRULLATE *l'avocado con un cucchiaio di succo di lime e 2 cucchiai di olio al rosmarino, ottenendo una crema.*
SISTEMATE *l'anguria nei piatti, unitevi i pinoli, il pepe rosa, una grattata di fava tonka e una grattugiata di scorza di lime.*
COMPLETATE *con la crema di avocado e l'olio al rosmarino.*
LA SIGNORA OLGA *dice che la fava tonka si acquista nei negozi biologici e aggiunge un sapore vanigliato ed erbaceo. Va usata, però, con molta parsimonia perché in dosi elevate può essere nociva.*

3

Il Club Sandwich veloce ma chic

GLI INGREDIENTI, LA COTTURA, IL TAGLIO E IL SERVIZIO: NULLA VA LASCIATO AL CASO. E ALLORA SÌ CHE IL PIÙ REINTERPRETATO E AMATO DEI TRAMEZZINI DIVENTA UN PIATTO A **CINQUE STELLE**. E GUAI A CHIAMARLO PANINO

RICETTA GIOVANNI ROTA **TESTI** AMBRA GIOVANOLI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI

LA TRADIZIONE VUOLE CHE VENGA SERVITO CON CHIPS, SOTTACETI E KETCHUP

Emblema della cucina americana, il Club Sandwich, o Club House Sandwich, si conferma il piatto express più glamour di sempre. Da ordinare per colazione, ma anche a notte fonda, questo ghiotto spuntino è oggi protagonista di una "sfida" tra gli alberghi più prestigiosi con tanto di classifica "top ten". Parigi, New York, Londra, Las Vegas: ciascuno sfoggia la sua ricetta, classica o veg, di pesce o light. In Italia, di recente, il riconoscimento di "best in the world" è andato all'Hotel Park Hyatt di Milano. Come spesso accade, però, l'origine della preparazione resta un mistero. Per alcuni nascerebbe a bordo dei treni americani "club cars", ma per i più sarebbe stato creato a fine Ottocento al Saratoga Club House, una casa da gioco a Saratoga Springs vicino a New York. A renderlo popolare, poi, re Edoardo VIII e sua moglie Wallis Simpson, che lo definirono il loro "piatto preferito". Le regole per un risultato impeccabile sono le stesse di allora: un buon pane in cassetta, di fornaio, da affettare spesso un centimetro, il pollo, umido e ancora tiepido, i pomodori, sodi e a temperatura ambiente, e il bacon ben croccante. Tutto preparato e composto al momento. Da non confondere con il classico sandwich anglosassone, ideato dal quarto conte di Sandwich, a cui deve il nome, per poter mangiare stando seduto al suo tavolo da gioco.

La ricetta

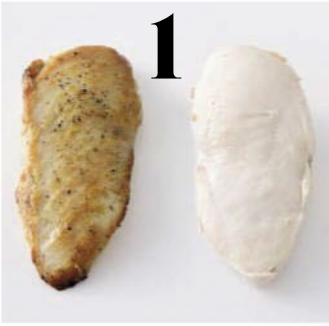
IMPEGNO Facile
TEMPO 45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- **350 g** 1/2 petto di pollo sgrassato
- **300 g** 2 pomodori sodi mondati
- **120 g** maionese
- **30 g** senape classica
- **12** fette di bacon
- **12** fette di pane in cassetta
- **8** foglie di lattuga senza costa lavate
- burro
- olio extravergine di oliva
- sale
- pepe

TAGLIATE *a metà orizzontalmente il petto di pollo ottenendo 2 scaloppe spesse circa 2 cm. Rosolatele in padella con un filo di olio per 7′, voltandole a metà cottura: dovranno dorare in superficie e restare umide al centro.*
SALATE *e pepate le scaloppe di pollo su entrambi i lati, poi toglietele dalla padella e lasciatele riposare per 3-4′ prima di affettarle.*
UNGETE *con il burro una padella e tostatevi le fette di pane, a fuoco vivace, per 2′ per lato.*
AFFETTATE *i pomodori e il pollo spessi circa mezzo centimetro.*
TAMPONATE *con carta da cucina la padella dove avete tostato il pane, scaldatela nuovamente e arrostitevi il bacon per 1′ per lato, poi sgocciolatelo su carta da cucina.*
COMPONETE *il Club Sandwich: spalmate circa 15 g di maionese sulla prima fetta di pane, adagiatevi sopra una foglia di lattuga, uno strato di fette di pomodori e uno di pollo. Spalmate con la senape entrambi i lati della seconda fetta di pane, sistematela sopra al pollo e proseguite con un'altra foglia di lattuga, un altro strato di pomodori e 3 fette di bacon. Spalmate un solo lato della terza fetta di pane con 15 g di maionese e con essa chiudete il sandwich.*
PREPARATE *allo stesso modo altri 3 sandwich, poi tagliateli a metà, in diagonale, e fermate ogni triangolo ottenuto con uno stecchino di legno. Serviteli subito, ancora tiepidi.*

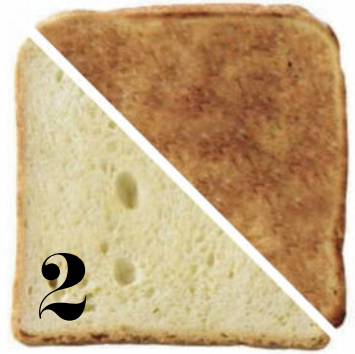
Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***25 marzo***

Gli errori più comuni

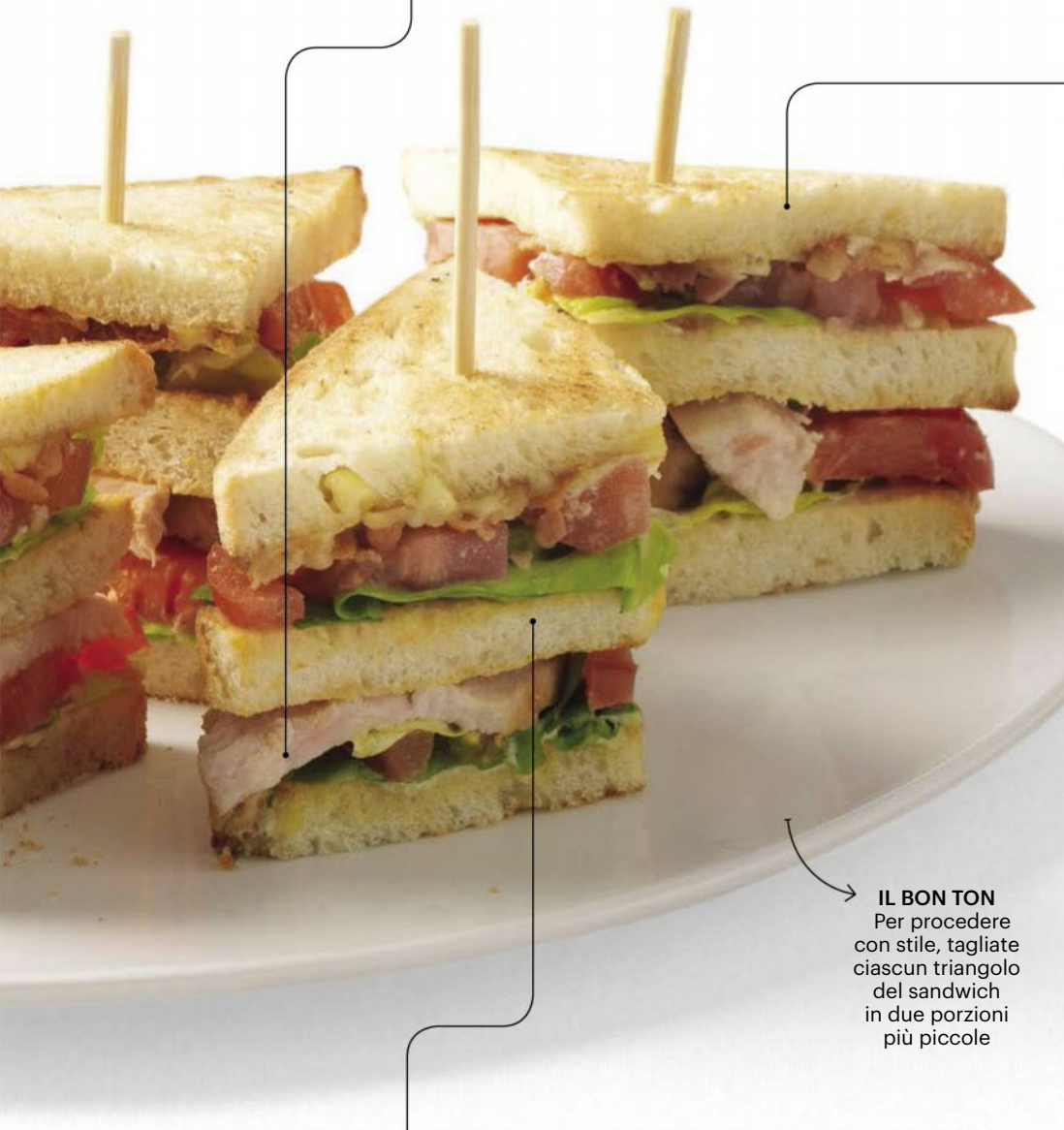
1

Il pollo è asciutto

L'ERRORE
Le scaloppe di pollo sono state rosolate troppo a lungo, perdendo succulenza. Alcuni usano il pollo lessato che risulta insapore e stopposo. Ammessa con riserva una delicata cottura al vapore.

LA SOLUZIONE
Rosolate le scaloppe rispettando i tempi indicati in modo che al centro risultino appena rosate.

2

Il pane è pallido. O troppo tostato

L'ERRORE
Il pane è stato tostato a fuoco troppo lento in una padella non unta col burro, rilasciando umidità che ha ostacolato il processo di doratura. O è stato tostato troppo a lungo, diventando scuro e secco. Risultato: al taglio può rompersi.

LA SOLUZIONE
Scegliete pane in cassetta di buona qualità e tostatelo a fuoco vivace in una padella unta col burro, senza superare i tempi di cottura indicati.

IL BON TON
Per procedere con stile, tagliate ciascun triangolo del sandwich in due porzioni più piccole

3

Gli strati sono disomogenei e mangiarlo "educatamente" è problematico

L'ERRORE
Il sandwich non è stato farcito in modo uniforme, oppure le fette di pomodoro e di pollo sono troppo spesse e irregolari.

LA SOLUZIONE
Affettate il pomodoro e il pollo a uno spessore regolare e farcite gli strati senza lasciare spazi vuoti.

Mosse da chef

PREMETE il sandwich su tutti i lati, con delicatezza, aiutandovi con un canovaccio in modo da compattarlo e dargli forma regolare.
TAGLIATE il sandwich con un lungo coltello a lama seghettata, con movimenti delicati e senza fare pressione, per non smontarlo.
PULITE la lama del coltello dopo ogni taglio per evitare di trascinare gli ingredienti da uno strato all'altro.

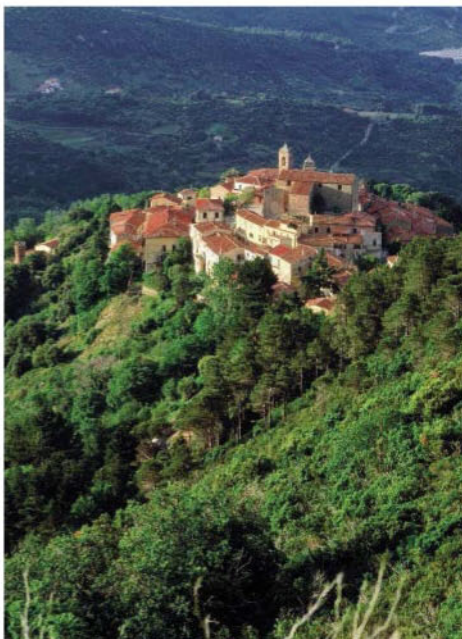
L'isola dell'imperatore

IN SOLI DIECI MESI NAPOLEONE HA TRASFORMATO L'**ELBA** IN UNA PERLA DELL'ARCIPELAGO TOSCANO. SPIAGGE DA SOGNO E BUONE TAVOLE NE PERPETUANO L'INCANTO

TESTO VALENTINA VERCELLI

IL 3 MAGGIO 1814 *la fregata Undaunted fece il suo ingresso nella rada di Portoferraio.* A bordo, un ospite illustre, Napoleone Bonaparte, che da conquistatore d'Europa si avviava a diventare sovrano di uno scoglio di 223 chilometri quadrati piantato nel Mar Tirreno. "Ho scelto l'isola d'Elba considerando la dolcezza dei costumi dei suoi abitanti e la bontà del clima. Essi saranno l'oggetto costante del mio interessamento più vivo". Nei dieci mesi di permanenza mantenne la promessa, riorganizzando la marina e migliorando la viabilità, l'amministrazione e l'igiene pubblica. A memoria del suo passaggio rimangono le due residenze dove soggiornò, **villa dei Mulini** a Portoferraio, l'abitazione principale, dove si visitano la biblioteca, la camera dei valletti, il salone dei ricevimenti e le stanze di Paolina Borghese, e **villa di San Martino**, il buen retiro di campagna, che seppe trasformare da modesta casetta a palazzo dal lusso appariscente, con tanto di sala egizia voluta in ricordo di una delle sue prime fortunate campagne di conquista. Con Napoleone l'isola d'Elba guadagnò grande fama e divenne ben presto una ricercata meta "di esilio estivo" grazie alle splendide spiagge, all'ottima gastronomia e alle tante attrazioni culturali. Tra queste vale la pena visitare il **santuario della Madonna del Monte**, luogo molto amato da Bonaparte che vi si recava nei mesi più caldi in cerca di refrigerio, in compagnia dell'amante Maria Walewska, e l'**Orto dei Semplici**, il giardino botanico dell'eremo di Santa Caterina, che accoglie specie endemiche e antiche cultivar a rischio di estinzione. I luoghi più suggestivi per una passeggiata serale sono **Capoliveri**, un tempo paese di cavatori e minatori e oggi meta prediletta di intellettuali e vip, e **Porto Azzurro**, dominato da un forte spagnolo secentesco e zeppo di localini per l'aperitivo. Altrettanto piacevole è il piccolo borgo medievale di **Sant'Ilario in Campo**, con le scalinate ornate di fiori e le viuzze lastricate che convergono verso la piazzetta della chiesa →

DI TERRA E DI MARE SOPRA: la panzanella alla tonnina, versione elbana del piatto toscano, arricchita con acciughe e tonno.
SOTTO, DA SINISTRA: Il Polpaio all'opera: serve street food di pesce a bordo di un'Ape Piaggio; il borgo montano di Poggio circondato dai castagni: si raggiunge per il fresco e i panorami suggestivi; un dipinto nella città vecchia di Portoferraio ricorda le gesta di Napoleone.
IN APERTURA: la spiaggia della Padulella, non lontano da Portoferraio; ha ghiaia bianca, lambita da un mare cristallino, e non è mai troppo affollata.

Fotografie di Pietro Canali/SIME, Guido Cozzi/SIME, Federico Caprilli, Johanna Huber/SIME, Stefano Cellai/SIME

"C'è la ruggine ferrosa di miniere a cielo aperto

PRODOTTI DI ZONA

CONSERVE E LIQUORI

Si acquistano a Marciana da Il Capepe, laboratorio artigianale che impiega prodotti locali di stagione. Da provare la conserva di pesche e Aleatico (*www.ilcapepe.com*).

Vademecum

DOVE MANGIARE E COMPRARE

- **IL CHIASSO**
In una viuzza del centro storico, cucina isolana e buone ricette di pesce. Aperto solo a cena.
Vicolo Nazario Sauro 9, Capoliveri, tel. 0565968709

- **IL GIARDINO DEGLI ARANCI**
Curato e caratteristico con un piacevole giardino. Cucina di pesce con piatti sfiziosi e della tradizione. I titolari sono i proprietari de Il Polpaio.
Località Bagnaia, Rio nell'Elba, tel. 0565933502

- **SUMMERTIME**
Nella zona pedonale del centro storico, crudi di pesce, grigliate e ricette tradizionali, compresa un'ottima schiaccia briaca.
Via Roma 56, Capoliveri, tel. 0565935180

- **OSTERIA DEL NOCE**
Piatti dell'Elba e della Liguria in un ambiente informale e panoramico. Da provare la zuppa di fagioli e farro con frutti di mare.
Via della Madonna 14, Marciana, tel. 0565901284, www.osteriadelnoce.it

- **LA BOTTE GAIA**
Osteria con pasta fatta in casa, verdure dell'orto e materie prime eccellenti. Ottima selezione di vini.
Viale Europa 5/7, Porto Azzurro, tel. 056595607, www.labottegaia.com

DOVE SOGGIORNARE

- **HOTEL DÉSIRÉE**
A gestione familiare, consigliato per famiglie con bambini, si affaccia sulla baia di Spartaia, con spiaggia privata, piscina e campi da tennis. *www.desireehotel.it*

- **HOTEL BIODOLA**
Privacy e relax sono assicurati in questo elegante albergo con campo da golf in vista del golfo della Biodola.
www.biodola.it

parrocchiale; la posizione collinare assicura una vista strepitosa sul golfo di Marina di Campo e sull'isola di Montecristo. Ma sono le **spiagge**, di sabbia, di ghiaia, di ciottoli, il vero motivo di richiamo dell'isola: quella della Biodola si contende il primato della bellezza con Fetovaia e Cavoli. Gli amanti delle immersioni devono, invece, raggiungere Pomonte, dove a 12 metri di profondità si trova il relitto di un cargo affondato nel 1972. Anche a tavola l'isola d'Elba non delude, con ricette tradizionali di preparazione lunga e complessa come il cacciucco, che qui ha un gusto più deciso rispetto a quello livornese per la presenza di baccalà, e lo stoccafisso alla riese, con acciughe sotto sale, cipolla, pomodori, basilico, prezzemolo, peperoni verdi, olive nere, capperi, pinoli e peperoncino, che per secoli è stato il pasto di minatori e contadini. Sono molto frequenti i piatti che abbinano i sapori di mare a quelli di terra, come il tonno con le bietole, il baccalà con i ceci o il cavolo nero con l'acciugata.

UN'ISOLA CONVIVIALE A DESTRA: l'aperitivo in un borgo dell'entroterra è d'obbligo quando sulla costa il caldo si fa sentire. SOTTO: il porticciolo di Rio Marina, un tempo centro minerario e oggi borgo piacevole e affascinante. NELLA PAGINA A FIANCO: i tagliolini freschi del ristorante Il Chiasso di Capoliveri e un calice di Ansonica, vino bianco fruttato dell'isola, ideale con i crostacei e le zuppe di pesce.

Fotografie di Matteo Carassale/SIME, Matteo Carassale, Ag. Shutterstock

ed un panno di vigogna quando il cielo è più coperto" (Giorgio Faletti)

Fotografie di Matteo Carassale, Roberto Ridi

FORTI CONTRASTI SOPRA: il laghetto di Rio Albano, nella zona mineraria di Rio Marina. Questo tratto nel versante orientale dell'isola è caratterizzato da colori accesi e paesaggi di una bellezza drammatica. L'Elba vanta alcuni giacimenti di ferro conosciuti già in epoca preistorica; furono gli Etruschi a organizzarne in modo magistrale l'estrazione e la lavorazione, tanto che l'isola era stata soprannominata dai navigatori greci Aethalia, cioè fuligginosa, per l'attività continua dei forni fusori. Nel 1981 è stata chiusa l'ultima miniera, ma grazie a tour guidati, musei e laboratori didattici si mantiene vivo il ricordo di questa importante attività (*www.parcominelba.it*). A SINISTRA DALL'ALTO: la schiaccia briaca, dolce semplice, a base di frutta secca; deve il suo colore rosso all'aggiunta di Aleatico e Alchermes, ma ne esiste una versione in bianco, tipica di Capoliveri. Unzipo' a Marciana è un laboratorio artigianale che realizza scarpe, borse e altri accessori in pelle.

→

Da non perdere è il **polpo all'elbana**, semplicemente lessato in acqua aromatizzata con il peperoncino, uno street food goloso da qualche tempo tornato in auge grazie a Il Polpaio dei fratelli Paoli: a bordo di un'Ape Piaggio bianca e azzurra si spostano per l'isola, servendolo come tradizione vuole "alla forchetta", insieme a croccanti fritti di pesce e "topini", piccoli bicchieri di vino bianco locale (*www.polpaio.it*). La **tradizione vinicola** dell'Elba ha lunga data e due vitigni bandiera, l'ansonica, che dà un bianco floreale e mediterraneo, e l'aleatico, da cui si ottiene un passito color rubino che profuma di marasca e spezie ed entra come ingrediente nella **schiaccia briaca**, il dolce isolano preparato con farina, frutta secca e olio di oliva, un tempo conforto di chi andava per mare. Le cantine di riferimento sono due, Acquabona (*www.acquabonaelba.it*) e Tenuta delle Ripalte, che può contare anche su tre ristoranti e un resort per originali vacanze en plein air (*www.tenutadelleripalte.it*). Se il vino è buono, l'acqua non è da meno: a metà strada tra Poggio e Marciana c'è lo stabilimento dove si imbottiglia l'acqua **Fonte di Napoleone**, servita nella maggior parte dei ristoranti locali, che si può attingere liberamente da alcune cannelle. Una buona idea è quella di farne scorta prima di affrontare la salita al monte Capanne che dai suoi 1.018 metri regala il panorama più bello dell'isola, con Capraia e Pianosa sullo sfondo.

DAL MARE
Semplicemente infarinati e fritti, come le alici, gli zerri si servono caldissimi e croccanti.

LA RICETTA TIPICA

Le FRITTURE di pesciolini sono una specialità dell'isola: gli zerri, in particolare, diffusi in tutto il Mediterraneo, non superano i 20 cm e sono spesso molto più piccoli, tanto che si friggono senza togliere la lisca, ancora tenera, e si mangiano interi.

Zerri fritti

IMPEGNO Medio
TEMPO 25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
600 g zerri
semola di grano duro rimacinata
olio extravergine di oliva o di arachide
sale

PULITE *i pesci dalle interiora, eliminando con una forbice le pinne laterali e quella dorsale. Lavateli e asciugateli bene con carta da cucina.*
PASSATELI *nella semola e friggeteli in abbondante olio, per circa 2' su ogni lato.*
SCOLATELI *su carta da cucina, per assorbire l'unto in eccesso, salateli e serviteli.*
LA SIGNORA OLGA *dice che, se dovessero avanzarvi, potete conservare gli zerri fritti "marinandoli" con una miscela di aceto e vino bianco, sale e aromi, fatta bollire e raffreddare. In questo modo i pesciolini si conservano in frigorifero, coperti, per qualche giorno, prendendo sapore dalla marinata.*

PREPARAZIONE JOËLLE NÉDERLANTS
TESTO LAURA FORTI
FOTOGRAFIA E STYLING BEATRICE PRADA

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il **4 maggio***

Piaceri di cantina

NOVE ETICHETTE SCELTE **PER I PIATTI MARINARI** DELL'ESTATE. DAL VENETO ALLA SARDEGNA, BIANCHI STUZZICANTI E UN ROSÉ BIOLOGICO. TUTTI AMICHEVOLI, DA GUSTARE BEN FRESCHI

A CURA DI GIUSEPPE VACCARINI

Con pesci alla griglia

1 VENETO

Vino Bianco di Rigole 2013 Tenute Tomasella *(8,50 euro).*
Nasce nelle terre della poetessa Gaia da Camino, ricordata da Dante nel *Purgatorio*. Affinato solo in acciaio e con una gradazione alcolica contenuta, è un Pinot bianco elegante, con una **spiccata personalità**. Si serve a 10-12 °C.
BUONO ANCHE CON:* *risotto e paste ai frutti di mare, formaggi di media stagionatura.
Mansuè (TV), tel. 0422850043, www.tenute-tomasella.it

2 EMILIA-ROMAGNA

Aulente Bianco Igt Rubicone 2015 San Patrignano *(7,20 euro).*
Sono 110 gli ettari dedicati alla coltivazione della vigna a San Patrignano, celebre comunità di recupero, dove lavorano 85 ragazzi che danno vita a vini di genuina espressione territoriale, come questo bianco **fresco e delicato**, a base di chardonnay e sauvignon. Si serve a 8-10 °C.
BUONO ANCHE CON:* *pasta fresca all'uovo e gnocchi al pomodoro.
Coriano (RN), tel. 0541362111, www.spaziosanpa.com

3 SARDEGNA

Terre Bianche Alghero Torbato 2015 Sella&Mosca *(8 euro).*
Il torbato è un vitigno di **antichissime origini**, importato in Sardegna durante la dominazione spagnola. L'uva, dal caratteristico aroma fruttato, è coltivata su terreni ricchi di calcare, che donano ai vini struttura e sapidità. Si serve a 10-12 °C.
BUONO ANCHE CON:* *carpacci di pesce, crostacei, spaghetti con le vongole.
Alghero (SS), tel. 079997700, www.sellaemosca.it

1 2 3

PER GLI AMANTI DELLE BOLLICINE IL TORBATO DÀ BUONE SORPRESE ANCHE IN VERSIONE SPUMANTE

Belle maniere

DI FIAMMETTA FADDA

A QUALCUNO PIACE STRANO

Nei ristoranti alla moda, dove è ormai di rigore anche la presenza del cocktail bar, il vino viene mescolato nei drink a svariate componenti. Ma fino a che punto è lecito snaturarlo?

David Muñoz, chef di DiverXo, a Madrid, famoso per la sua cucina trasgressiva, ritiene che il vino vada trattato come un qualsiasi ingrediente, abbandonando la reverenza con cui, almeno in Europa, è considerato. Grandi etichette comprese. Ecco quindi uno Château d'Yquem o un Barolo mescolati a ostriche complete della loro acqua; a brodo di manzo, aglio e peperoncino; a fette di maiale iberico in infusione. Al di là di questi eccessi creativi, la contaminazione del vino con altri ingredienti non dovrebbe andare oltre l'eleganza del Cocktail Champagne (già molto "lavorato" data l'aggiunta di zucchero, Cognac e angostura) o la disinvoltura dello spritz. Con qualche riserva per la sangria che, oltre alla frutta, ha introdotto le varianti più improbabili, dal Ginger Ale alla birra.

Fotografie di Riccardo Lettieri, Eugenio Marchesi, Matteo Carlocchia

Con fritti di mare

1 LOMBARDIA
Novè Pinot Nero Metodo Classico Brut La Costaiola
(10 euro). Si chiama Novè, per sottolineare i soli **nove mesi** di affinamento sui lieviti di questo Pinot nero, che fa della freschezza e della facilità le sue carte vincenti. Si serve a 6-8 °C.
BUONO ANCHE CON: formaggi freschi, focaccia, torte salate, uova al tegamino.
Montebello della Battaglia (PV), tel. 038383169, www.novemetodoclassico.it

2 EMILIA-ROMAGNA
Ortrugo dei Colli Piacentini Sasso Nero del Nure frizzante 2015 Cantine Romagnoli
(7,50 euro). Un vino di grande tradizione territoriale, che profuma di fiori bianchi e **pesca melba**. L'azienda, fondata nel 1857, è uno dei punti di riferimento della viticoltura dei Colli Piacentini. Si serve a 6-8 °C.
BUONO ANCHE CON: salumi, pasta con le verdure, pesce bianco al forno.
Villò di Vigolzone (PC), tel. 0523870904, www.cantineromagnoli.it

3 MARCHE
Bersò vino bianco frizzante naturale Colonnara
(5,50 euro). A base di verdicchio e trebbiano, è un vino pensato per un consumo **giovane** e disinvolto. Ha profumi delicati di biancospino, mela verde e sedano fresco. Si serve a 8-10 °C.
BUONO ANCHE CON: insalata di riso, torta pasqualina, pizza ai quattro formaggi.
Cupramontana (AN), tel. 0731780273, www.colonnara.it

1 2 3

BRIOSO DI TRADIZIONE EMILIANA, ECCELLENTE PER IL RAPPORTO TRA QUALITÀ E PREZZO

Con zuppe di pesce

1 2 3

COLTIVATO ANCHE IN SPAGNA E FRANCIA, IL VERMENTINO AMA LE ZONE DI MARE

1 TOSCANA
Vermentino Igt 2015 Sada
(11,50 euro). Profumo di frutti tropicali e **sapidità** sono le caratteristiche di questo vermentino, coltivato su colline di argilla e arenaria non distanti dal mare. Davide Sada lo ha creato per sua moglie, la contessa Cristiana Durini di Monza, amante di bianchi raffinati e freschi. Si serve a 8-10 °C.
BUONO ANCHE CON: formaggi a pasta molle, primi piatti con verdure, petto di pollo alla griglia.
Casale Marittimo (PI), tel. 0586650180, www.agricolasada.com

2 MARCHE
Rosato Igp 2015 Ciù Ciù
(7 euro). Il colore è di un accattivante rosa brillante, il profumo è intenso, armonico ed elegante, con note di ciliegia. Prodotto con uve sangiovese e montepulciano, è un vino biologico e **vegan**. Si serve a 10-12 °C.
BUONO ANCHE CON: tartare di carne, pizza Margherita, pesce azzurro, verdure al forno.
Offida (AP), tel. 0736810001, www.ciuciuvini.it

3 SICILIA
Alcamo Classico Vigna Casalj 2015 Tenuta Rapitalà
(10,50 euro). Le uve catarratto, coltivate a 600 metri, sono affinate in acciaio e in grandi botti di legno. Questo vitigno storico di Sicilia, usato per la produzione del Marsala, da qualche anno è impiegato anche per fare vini bianchi secchi di gusto **mediterraneo**, con sentori di ginestra, agrumi e mela verde. Si serve a 8-10 °C.
BUONO ANCHE CON: carni bianche arrostite, pesce alla griglia, crostacei.
Camporeale (PA), tel. 092437233, www.rapitala.it

LO STILE IN TAVOLA
Bicchiere Riedel.

Antipasti

In bilico tra novità e tradizione, sei proposte fresche e appetitose adatte anche a spuntini **INFORMALI**

RICETTE DAVIDE NOVATI **ABBINAMENTI VINI/RICETTE** GIUSEPPE VACCARINI **TESTI** AMBRA GIOVANOLI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

1 Torta fritta, mousse di prosciutto e mostarda

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti più 2 ore e 30′ di lievitazione

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
250 g mostarda di anguria – **250 g** farina 00 più un po'
200 g prosciutto cotto a fette – **200 g** panna fresca – **50 g** foglie di crescione lavate
35 g strutto o burro ammorbiditi – **6 g** lievito di birra
limone – zucchero – olio di arachide – olio extravergine di oliva – sale – pepe

VERSATE *in una ciotola 90 g di acqua tiepida e sciogliete vi il lievito di birra e un cucchiaino di zucchero, poi amalgamatevi 50 g di farina, ottenendo una pastella, e lasciatela lievitare fuori del frigo per 30′.*
AGGIUNGETE *nella pastella il resto della farina, 5 g di sale e lo strutto: impastate con le mani per ricavare una morbida pasta simile a quella della pizza, ponetela in una ciotola, sigillatela con la pellicola e lasciatela lievitare in un luogo asciutto per 2 ore.*
FRULLATE *il prosciutto con la panna, un pizzico di sale e di pepe, finché non otterrete una mousse e conservatela in frigo.*
CONDITE *le foglie di crescione con un filo di extravergine e qualche goccia di limone.*
ACCOMODATE *su un piano infarinato la pasta che avete fatto lievitare, stendetela fino allo spessore di 3-4 millimetri, poi tagliatela in losanghe di circa 6x4 cm.*
SCALDATE *abbondante olio di arachide in una casseruola dai bordi alti, friggetevi poche losanghe di pasta alla volta per 2-3′, voltandole non appena si saranno gonfiate (torte fritte). Sgocciolatele su carta da cucina.*
SALATE *le torte fritte e servitele con la mousse al prosciutto, la mostarda e il crescione.*
LA SIGNORA OLGA *dice che l'olio essenziale di senape, presente fra gli ingredienti della mostarda di anguria descritta nella Scuola di cucina qui a fianco, è un ingrediente immancabile nella mostarda vicentina e in quella cremonese. Si presenta come un liquido giallo dall'odore e dal sapore fortemente pungenti e irritanti. Per questo si acquista in farmacia o in erboristeria e va maneggiata con estrema cautela e precisione.*

VINO *bianco frizzante, sapore secco e fresco.*
- **Friuli-Annia Pinot bianco frizzante**
- **Reno Pignoletto frizzante**
- **Lizzano Bianco frizzante**

Scuola di cucina

LA MOSTARDA DI ANGURIA

Sono molti i tipi di frutta utilizzati nella tradizione italiana per preparare la mostarda. Una specialità tipica del Nord che di regola accompagna i grandi piatti invernali, come il bollito o l'arrosto. Invece qui il cuoco la propone in modo del tutto inedito con un frutto simbolo della stagione estiva: l'anguria. Da gustare subito o conservare, sterilizzandola in vasetti, e "stappare" con i primi freddi. Ecco come si prepara.

a b **Private dei semini 400 g di polpa di anguria, poi tagliatela a cubetti e metteteli in una ciotola con 200 g di zucchero. Mescolate spesso in modo che l'anguria rilasci la sua acqua e lo zucchero si sciolga: ci vorranno circa 30′.**

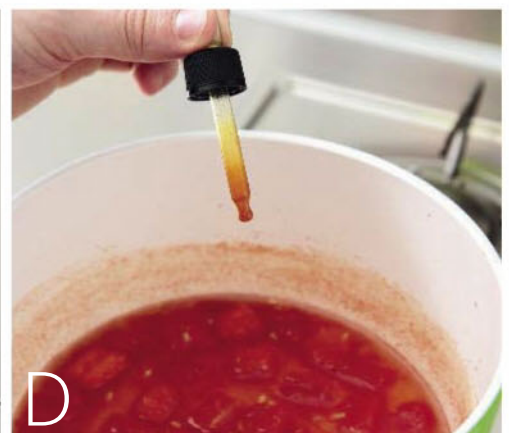
c **Cuocete l'anguria in una casseruola con lo zucchero e l'acqua rilasciata, a fuoco dolce, per 40-45′, ottenendo una composta grossolana.**

d **Togliete la composta dal fuoco, aggiungete 4 gocce di olio essenziale di senape e mescolate. Trasferitela in una ciotola, sigillatela subito con la pellicola e lasciatela raffreddare prima di servirla.**

A

dal PIEMONTE

2

3

2 Pâté di olive nere

IMPEGNO Facile
TEMPO 10 minuti più 3 ore di rassodamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
200 g olive nere snocciolate
50 g burro ammorbidito
15 g pangrattato
limone
maggiorana fresca
crostini di pane
olio extravergine di oliva
sale – pepe

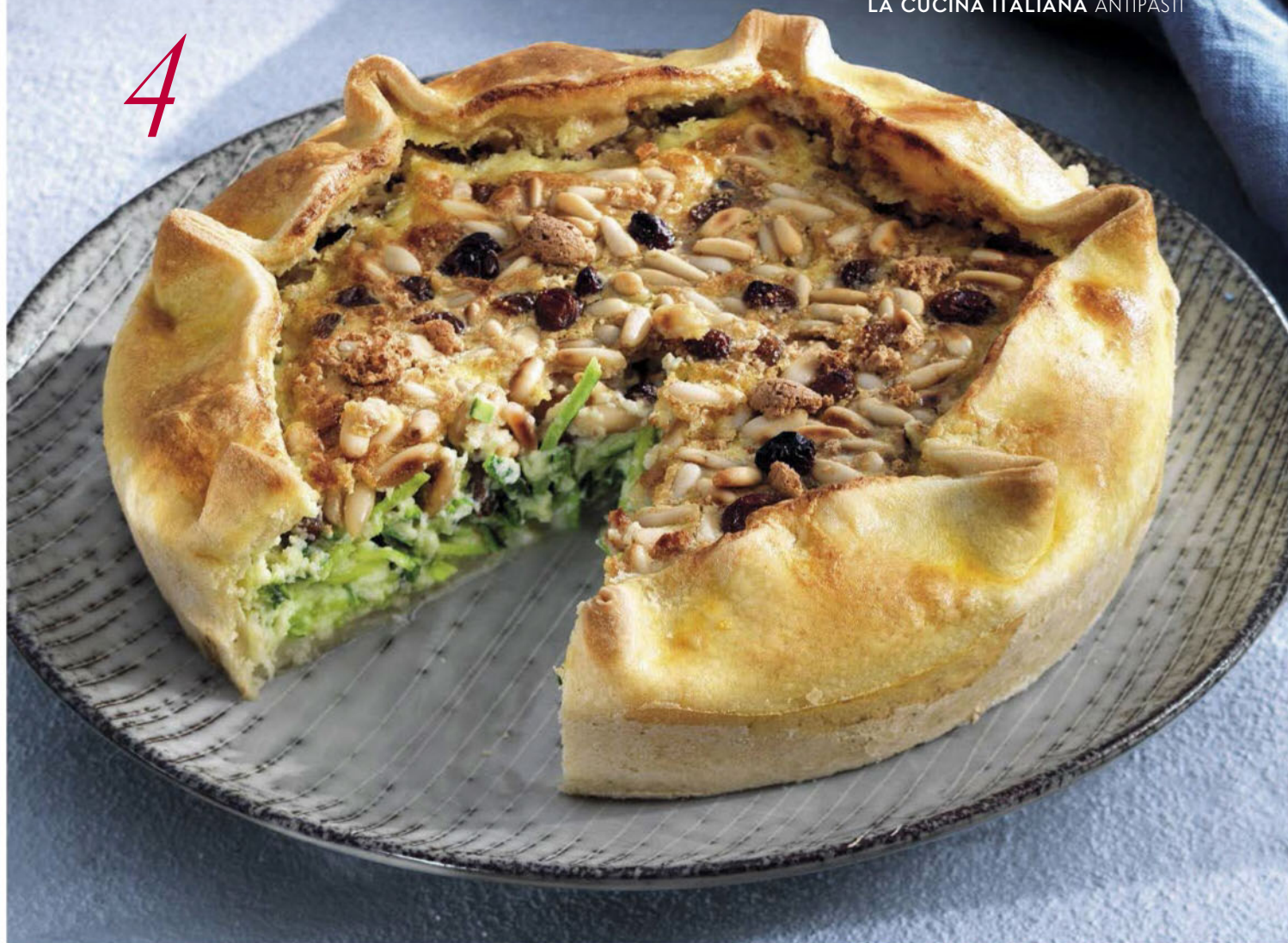
FRULLATE *le olive con un cucchiaio di olio e uno di succo di limone, poi, non appena le olive saranno ridotte in poltiglia, unite anche il burro, il pangrattato, la scorza grattugiata di mezzo limone e continuate a frullare, ottenendo un pâté soffice e cremoso.*
AGGIUSTATE *il pâté di sale e di pepe, quindi trasferitelo in una ciotola e ponetelo a rassodare in frigo per circa 3 ore.*
SERVITE *il pâté con crostini di pane tostati, foglioline fresche di maggiorana e altra scorza di limone.*
TRADIZIONI REGIONALI
Semplicissimo da realizzare, questo ghiotto antipasto è una specialità diffusa soprattutto nella zona a cavallo tra il Piemonte e la Liguria. Durante la stagione estiva è usanza comune arricchire il pâté con polpa di melanzane grigliate e frullate. Altre varianti, poi, prevedono l'aggiunta di tonno, acciughe o pollo lessato.

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Riviera Ligure di Ponente Pigato**
- **Colli Etruschi Viterbesi Grechetto**
- **Salice Salentino Pinot bianco**

3 Crema pasticciera al mais con guanciale e scamorza

IMPEGNO Facile
TEMPO 25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
280 g mais precotto sgocciolato
250 g latte
200 g scamorza affumicata
100 g guanciale affettato alto
20 g farina
2 tuorli
erba cipollina – sale

4

FRULLATE *il mais con il latte, i tuorli, la farina e un pizzico di sale, versate il composto in una casseruola e cuocetelo per 5-6′, mescolandolo con la frusta, finché non assumerà la consistenza della crema pasticciera. Trasferitela in una ciotola, sigillatela con la pellicola e lasciatela intiepidire.*
TAGLIATE *il guanciale a striscioline, rosolatele per un paio di minuti in una padella antiaderente ben calda, senza condimenti, per renderle croccanti, poi sgocciolatele dal grasso e fatele asciugare su carta da cucina.*
RIDUCETE *la scamorza a cubetti.*
DISTRIBUITE *la crema pasticciera al mais in 4 bicchieri, sistematevi sopra il guanciale croccante, i cubetti di scamorza e completate con fili di erba cipollina.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- **Trentino Marzemino**
- **Val di Cornia Ciliegiolo**
- **Irpinia Rosso**

4 Torta di zucchine, pinoli e uvetta

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 40′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
400 g zucchine
250 g farina 00 più un po′
200 g panna fresca – **50 g** pinoli
40 g uvetta – **20 g** amaretti secchi
2 uova – **1** tuorlo – burro
olio extravergine di oliva – sale

IMPASTATE *la farina con 3 g di sale, 30 g di olio e 125 g di acqua, ottenendo una pasta, detta matta, simile alla brisée. Ponetela in una ciotola, sigillatela con la pellicola e fatela riposare, fuori del frigo, per 20′.*
SPUNTATE *le zucchine, ricavatene la parte verde e fatene delle listerelle, poi frullate la polpa con i semi con 2 uova, la panna e 10 g di sale, ottenendo una salsa fluida.*
TOSTATE *i pinoli in padella per un paio di minuti, senza condimenti.*
SBRICIOLATE *gli amaretti.*
IMBURRATE *e infarinate una tortiera (ø 22 cm) o foderatela con la carta da forno.*
STENDETE *la pasta matta con il matterello molto sottilmente e ritagliatene un disco di 30-32 cm di diametro: foderate la tortiera con il disco di pasta, lasciando sbordare l'eccesso.*
SISTEMATE *le listerelle di zucchina nella tortiera con metà dell'uvetta, dei pinoli e degli amaretti sbriciolati, quindi coprite con la salsa di zucchine e panna e proseguite con l'altra metà di uvetta, pinoli e amaretti.*
RISVOLTATE *sul ripieno la pasta in eccesso, pizzicatela in 7-8 punti per creare un effetto estetico movimentato, poi spennellatela con il tuorlo sbattuto.*
INFORNATE *la torta a 180 °C per 40′.*
SFORNATELA *e servitela tiepida o fredda.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Colli di Luni Bianco**
- **Vernaccia di San Gimignano**
- **Pentro di Isernia Bianco**

5

NUOVE DELIZIE

Lunghe e sottili, le melanzane perline sono il frutto di incroci naturali. Dal sapore dolce e polpa compatta, asciutta e priva di semi, si mangiano intere e hanno il vantaggio di non dover essere spurgate.

5 Melanzane perline con polvere di tarallo e fave di cacao

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g melanzane perline
60 g taralli
8 g fave di cacao tostate
santoreggia fresca – origano fresco
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva – sale – pepe

BAGNATE *e stropicciate un foglio di carta da forno, stendetelo su una teglia e accomodatevi le melanzane. Conditele con un pizzico di sale, pepe e un filo di olio, poi avvolgetele nella carta, formando un cartoccio, e infornatele a 180 °C per 30′.*
TRITATE *le foglie di 3 rametti di santoreggia con le foglioline di 3 rametti di origano, trasferite il trito in una ciotola e aggiungetevi 60 g di olio, un cucchiaino di aceto, un pizzico di sale e di pepe, ottenendo una salsina verde.*
SBRICIOLATE *in modo grossolano le fave di cacao e i taralli.*
SFORNATE *le melanzane, spolverizzatele con la granella di cacao e di taralli e servitele con la salsina verde e altre foglie aromatiche.*
LA SIGNORA OLGA *dice che le fave di cacao tostate aggiungono un sapore amarognolo e profondo al piatto e donano una sensazione asciutta e avvolgente sul palato. Si acquistano nei negozi biologici e sono un ottimo "spezzafame" perché ricche di minerali, vitamine e povere di calorie.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- Merlara Tai
- Orcia Bianco
- Cilento Fiano

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***18 aprile***

6 Scampi alla piastra, riduzione al passito e lime

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 kg 16 scampi
250 g panna fresca
250 g brodo vegetale
1 scalogno – vino passito
lime – miele di acacia
olio extravergine di oliva – sale

MONDATE *e affettate lo scalogno, raccoglietelo in una casseruola con un filo di olio, un cucchiaino di miele di acacia e fatelo appassire, a fuoco basso, per 5′.*
SFUMATE *lo scalogno con 2 cucchiai di passito, proseguite la cottura per 2′, infine bagnate con altri 250 g di passito, 250 g di panna, il brodo vegetale e fate ridurre a fuoco molto basso per 30-35′. Aggiustate di sale, poi filtrate la riduzione al passito.*
SGUSCIATE *gli scampi e rosolateli sul lato del dorso, in una padella rovente, unta di olio, per 30 secondi.*
ACCOMODATE *gli scampi nei piatti, conditeli con la riduzione al passito e completate con una grattugiata di scorza di lime.*

LA SIGNORA OLGA *dice che potete recuperare le teste e le chele degli scampi per preparare una saporita bisque da usare per condire la pasta o insaporire un risotto di mare.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- Alto Adige Kerner
- Val d'Arbia Bianco
- Nasco di Cagliari secco

RICETTA DAVIDE BROVELLI

6

Primi

I sapori dell'orto, i profumi del mare e l'aroma della frutta matura. Un concentrato dell'estate in piatti allegri, in equilibrio tra **GOLA E LEGGEREZZA**

RICETTE DAVIDE BROVELLI
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI SARA TIENI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

1

Scuola di cucina

UN ROTOLO DELICATO

Quando si farcisce un rotolo di pasta con un ripieno particolarmente leggero, è consigliabile cuocere la pasta e il ripieno separatamente e procedere poi con la farcitura. Il rotolo deve essere confezionato facendo attenzione a mantenerlo uniforme e ben serrato, in modo che non si apra durante il breve passaggio finale in forno.

a **Lessate i rettangoli di pasta all'uovo in abbondante acqua salata, uno alla volta, per un paio di minuti. Scolateli e immergeteli immediatamente in acqua e ghiaccio per fermarne la cottura.**

b **Scolateli e stendeteli su un canovaccio da cucina asciutto e pulito. Distribuitevi la farcitura e livellatela bene, lasciando 4 cm liberi sul lato corto (servirà a fissare la pasta per chiudere il rotolo).**

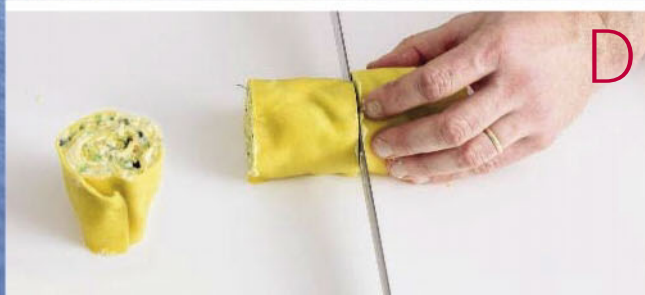
c **Arrotolate la pasta, avvolgendola ben stretta: premetela leggermente con le mani, a mano a mano che il rotolo si forma, in modo da compattare bene il ripieno: così non si disperderà durante la cottura in forno. Sigillate il rotolo facendovi ben aderire l'ultimo lembo di pasta lasciato libero: per "incollarlo" spennellatelo con un po' di acqua.**

d **Tagliate infine il rotolo in 3 rocchetti, utilizzando un coltello liscio molto affilato e muovendolo con un delicato movimento avanti e indietro.**

A

B

C

D

1 Rotolo alle zucchine con salsa alle acciughe

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 2 ore

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE
400 g zucchine – **330 g** panna fresca
300 g farina 00 – **100 g** grana grattugiato più un po'
5 uova – **5** acciughe dissalate
1/2 bicchiere vino bianco – amido di mais – latte
burro – olio extravergine di oliva – sale – pepe

PREPARATE *la pasta: lavorate 300 g di farina con 3 uova finché non otterrete una palla liscia e compatta. Copritela con la pellicola e fatela riposare in frigo per 40' circa.*
AMALGAMATE *2 uova con 230 g di panna, 100 g di grana e un pizzico di sale e di pepe. Versate il composto in uno stampo (ø 22 cm). Infornate a 160 °C per 40': otterrete una crema tipo flan.*
TAGLIATE *le zucchine a rondelle sottili. Saltatele in padella con un velo di olio per 8-10'. Distribuitele su una teglia e fatele raffreddare.*
UNITE *le zucchine alla crema di panna e uova.*
RACCOGLIETE *le acciughe in un pentolino con 2 cucchiai di olio e fatele sciogliere a fuoco basso. Aggiungete la panna rimasta e 100 g di latte. Scaldate il composto a fuoco basso senza portare a ebollizione. Aggiungete mezzo cucchiaino di amido di mais e fate addensare. Spegnete e frullate.*
DIVIDETE *la pasta in 4 porzioni da 90 g circa. Stendetele e ricavate 4 rettangoli (15x30 cm).*
CUOCETELI, *componete i rotoli e tagliateli in 3 rocchetti ciascuno, seguendo la Scuola di cucina qui accanto.*
ADAGIATE *i rocchetti in piedi su una teglia foderata di carta da forno; completate con poco grana e un ciuffo di burro. Gratinate in forno a 230 °C per 4-5'. Serviteli con la salsa.*
LA SIGNORA OLGA *dice che dovete stendere la pasta soltanto poco prima di cuocerla: in questo modo non si asciugherà e non si romperà in cottura. A piacere, potete decorare, come abbiamo fatto noi, con 6 fiori di zucca: privateli dei pistilli, spennellateli con poco olio e infornateli su una placca foderata con carta da forno a 130 °C per 40' circa o finché non saranno croccanti.*

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- **Colli Tortonesi Favorita**
- **Golfo del Tigullio Bianchetta Genovese**
- **Falerno del Massico Bianco**

LO STILE IN TAVOLA

Piatti del rotolo, dell'orzo, della pasta con i peperoni e stuoino intrecciato Broste Copenhagen, fondo Tagina Ceramiche d'Arte.

2

2 Farfalle, conchiglie e calamaretti

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora più 2 ore di spurgatura dei molluschi

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 kg cozze – **1 kg** fasolari
1 kg vongole veraci
300 g calamari spillo puliti
280 g farfalle integrali
1 peperoncino piccante fresco
1 scalogno – vino bianco – finocchietto fresco – semi di finocchio – aglio
olio extravergine di oliva – sale grosso e fino

FATE *spurgare separatamente vongole e fasolari in frigo, immersi in acqua con una manciata di sale grosso, per almeno 2 ore.*
PRIVATE *le cozze dei filamenti (bisso).*
FATE *aprire separatamente vongole, fasolari e cozze in un velo di olio con uno spicchio di aglio schiacciato e privato della buccia.*
SGUSCIATE *parte delle vongole e delle cozze.*
PRIVATE *i fasolari della valva a cui non è attaccato il mollusco.*
FILTRATE *le acque di cottura delle conchiglie con una garza, senza mischiarle. Fate riposare le conchiglie nella loro acqua.*
PORTATE *a ebollizione, in una pentola, abbondante acqua salata.*
TRITATE *finemente lo scalogno e fatelo appassire in una padella con un filo di olio e un cucchiaino di semi di finocchio per 2′.*
SFUMATE *con 1/2 bicchiere di vino bianco, aggiungete i calamari spillo e fate cuocere per altri 2′ a fuoco medio. Aggiungete le conchiglie, 1/2 bicchiere della loro acqua, il peperoncino a pezzetti e continuate la cottura per altri 5′.*
CUOCETE *la pasta. Scolatela molto al dente, poi unitela in padella con tutti i molluschi, proseguendo la cottura per altri 2-3′. Completate con finocchietto tritato e ammorbidite a piacere con una noce di burro freddo. Servite subito, completando con le cozze e le vongole nel guscio.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Friuli-Grave Verduzzo Friulano**
- **Colli di Imola Trebbiano**
- **Lamezia Greco**

3 Orzo al rabarbaro

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 litro brodo vegetale
350 g rabarbaro
200 g orzo perlato
1 scalogno – burro – miele
olio extravergine di oliva – sale – pepe

SCIACQUATE *bene l'orzo sotto acqua corrente.*
TAGLIATE *a tocchetti il rabarbaro (tenetene da parte un pezzo di 5 cm). Cuocetelo con 40 g di acqua e un pizzico di sale, a fuoco moderato per 10' circa. Unite 35 g di miele, cuocete per altri 2-3' e frullate.*
AFFETTATE *lo scalogno e fatelo appassire in una casseruola con 2 cucchiai di olio per 4-5'.*
UNITE *l'orzo e tostatelo per 1' a fiamma viva. Sfumate con 1/2 bicchiere di brodo bollente, poi cuocete per 25', unendo il brodo via via che viene assorbito. Mantecate infine l'orzo con il frullato di rabarbaro e 30-40 g di burro; servite con il rabarbaro fresco a filetti e pepe.*

VINO *bianco giovane, amabile e fragrante.*
- **Colli Piacentini Ortrugo amabile**
- **Colli Etruschi Viterbesi Grechetto amabile**
- **Arborea Trebbiano amabile**

3

4 Zuppa di anguria, melone e pomodori

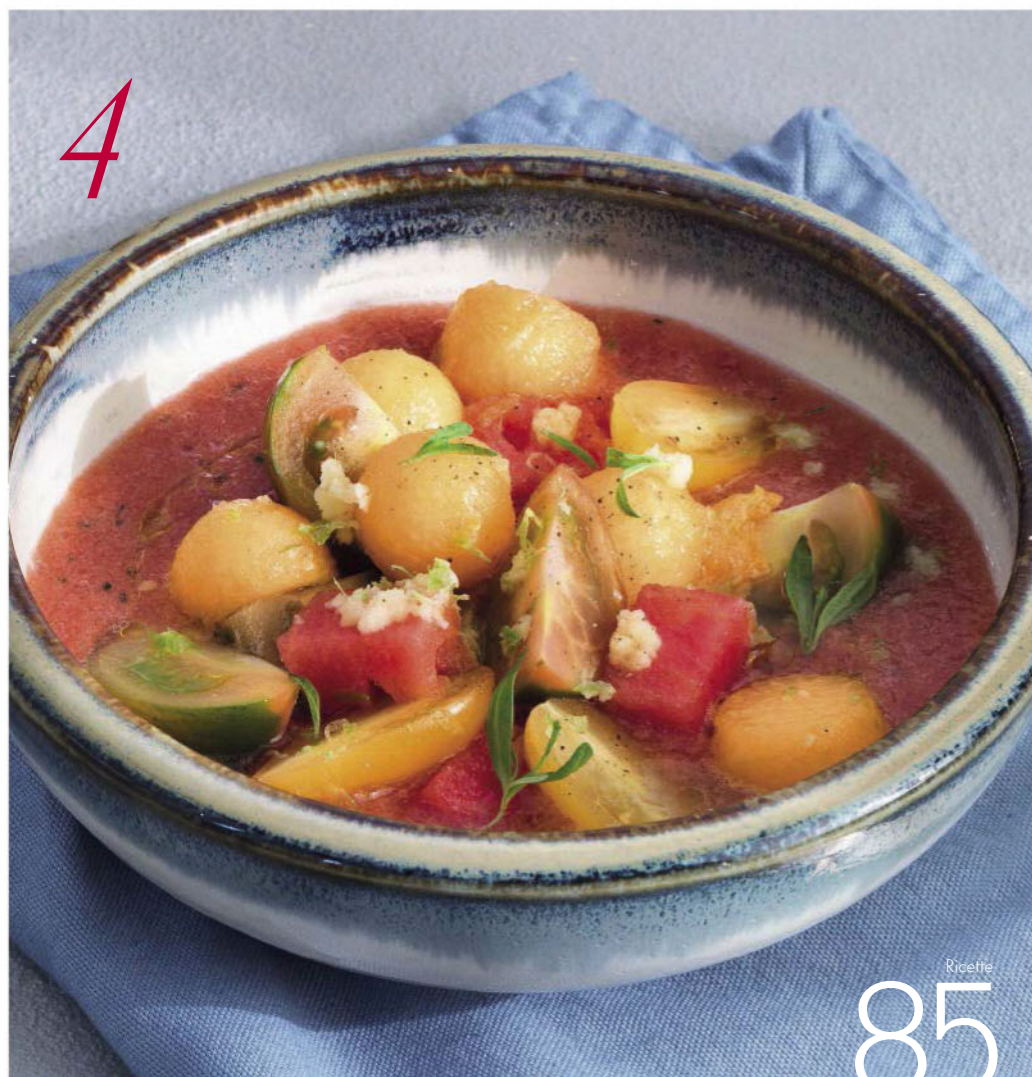
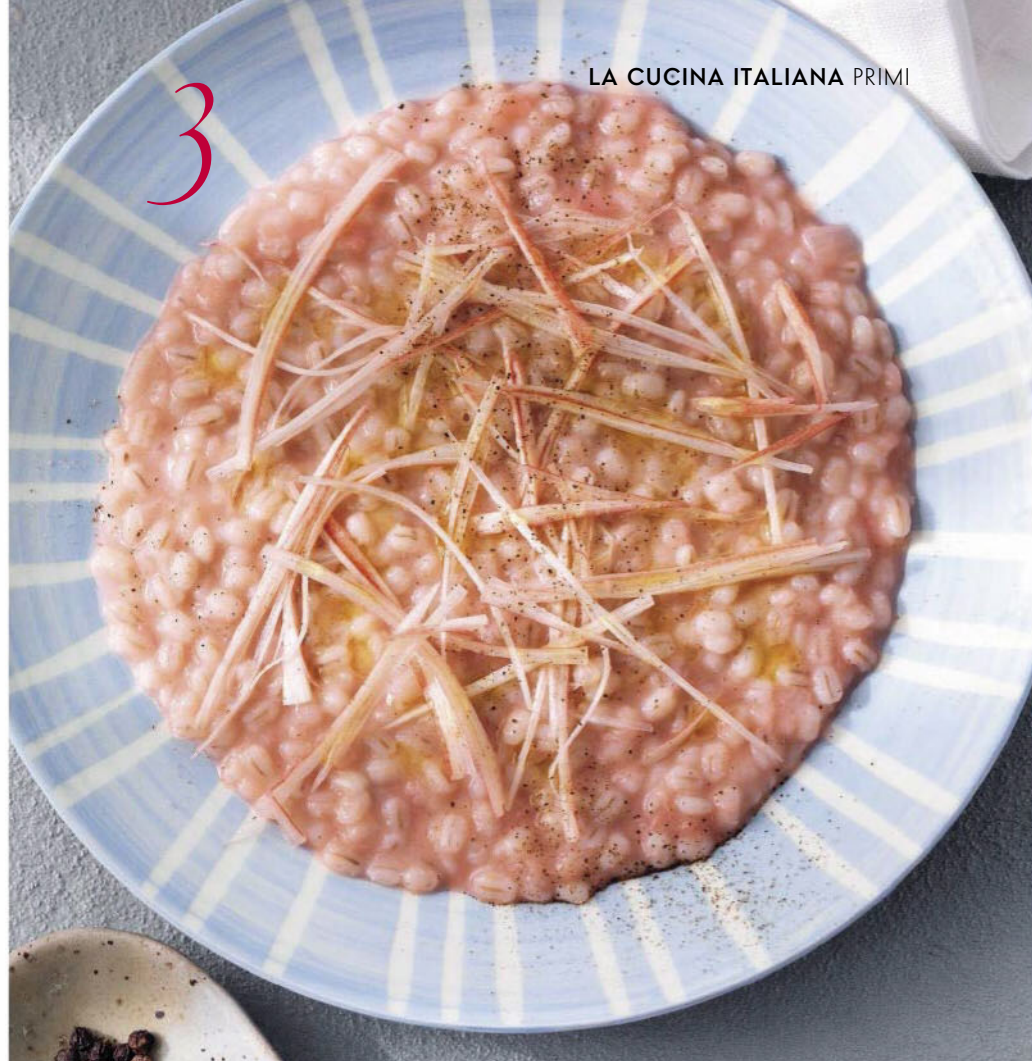
IMPEGNO Facile
TEMPO 45 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
450 g polpa di anguria senza semi
100 g polpa di melone senza semi più 1/2 melone per decorare
60 g pomodorini misti (40 g tigrati, 10 g datterini, 10 g a pera gialli)
1/2 lime non trattato – zenzero fresco
santoreggia o menta – cetriolo
Tabasco – olio extravergine – sale – pepe

TAGLIATE *a pezzi 420 g di polpa di anguria (tenete da parte il resto) e 100 g di polpa di melone. Private 50 g di cetriolo dei semi, e tagliatelo a pezzi mantenendo la buccia. Frullate tutto finemente con 4 g di zenzero fresco, 4 gocce di Tabasco e il succo di 1/2 lime. Aggiustate di sale e mettete a riposare in frigo il composto, coperto da pellicola, fino all'utilizzo.*
RICAVATE, *con un apposito scavino, palline di polpa dal 1/2 melone per decorare e tagliate la polpa di anguria rimasta e i pomodorini a tocchetti. Distribuite la frutta frullata in 4 ciotole. Aggiungete i pomodorini, l'anguria e il melone. Completate con santoreggia o menta, olio, pepe e scorza di lime grattugiata.*

OLIO *leggermente fruttato, delicato, erbaceo.*
- **Garda Dop**

VINO *sconsigliato per la freschezza e l'acquosità della zuppa.*

4

5 Pasta con i peperoni

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 30′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- **500 g** peperoni rossi
- **320 g** sedanini o altra pasta corta
- **300 g** pomodorini
- **1** spicchio di aglio
- prezzemolo
- pecorino grattugiato
- olio extravergine di oliva
- sale

LAVATE *e asciugate i peperoni. Disponeteli su una teglia foderata con carta da forno e infornateli a 180 °C per 45′, girandoli a metà cottura. Sfornateli e metteteli in un sacchetto di carta per 25-30′: così potrete poi spellarli con facilità.*
LAVATE *e asciugate i pomodorini. Tagliateli a metà e rosolateli in padella 2-3 cucchiai di olio per 3′, spegnete e salate.*
TRITATE *il prezzemolo e l'aglio finemente.*
SPELLATE *i peperoni, eliminate i semi e tagliateli a fettine.*
AGGIUNGETELI *ai pomodorini nella padella e fate insaporire tutto insieme.*
LESSATE *la pasta in abbondante acqua salata. Scolatela bene al dente, unitela al sugo e fatela insaporire per 2-3′. Spegnete e cospargete la pasta con prezzemolo e aglio tritati.*
COMPLETATE *la pasta con una generosa manciata di pecorino e servitela subito, ben calda.*

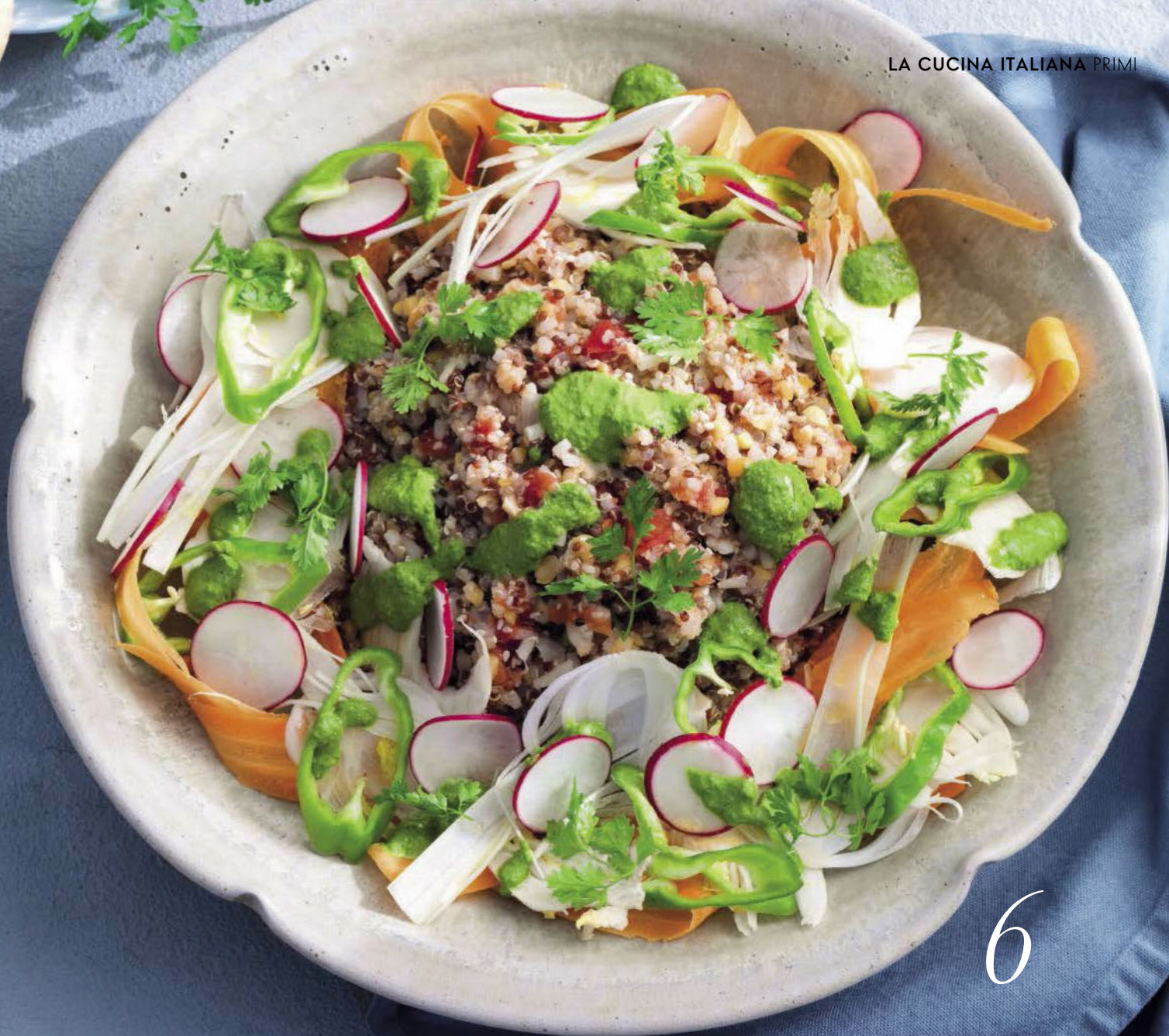
VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Alto Adige Val Venosta Sauvignon**
- **Colli Amerini Malvasia**
- **Mamertino di Milazzo Grillo-Ansonica**

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***19 aprile***

dalla PUGLIA

5

TRADIZIONI REGIONALI

Questo piatto appartiene al tipico filone pugliese delle "pastasciutte con le verdure", che ogni paese, quasi ogni famiglia, interpreta con una sua peculiare ricetta. È il modo più immediato e squisito di esaltare i prodotti dei lussureggianti orti della regione.

6

6 Insalata di quinori con pesto di erbe

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 15' più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
600 g brodo vegetale
350 g pomodori San Marzano
300 g quinori
90 g cipolla bianca
70 g latte di avena
30 g peperone verde
30 g carote
30 g finocchio – **20 g** ravanelli
20 g mandorle pelate
aglio – erbe miste (prezzemolo, basilico, cerfoglio fresco, coriandolo fresco)
olio di sesamo
olio extravergine di oliva
sale fino e grosso – pepe

PORTATE *a ebollizione abbondante acqua non salata.*
TAGLIATE *sottilmente le verdure, possibilmente aiutandovi con una mandolina. Disponetele su una teglia, copritele con la pellicola e ponetele in frigorifero.*
SCIACQUATE *la quinori.*
SBOLLENTATE *i pomodori per 1'; scolateli, pelateli, privateli dei semi e tagliateli a tocchetti.*
PREPARATE *il pesto: mondate le erbe e frullatele con 1/2 spicchio di aglio, il latte di avena e le mandorle. Aggiustate di sale e pepe e fate riposare in frigorifero, in una ciotola sigillata con pellicola.*
TRITATE *la cipolla e fatela stufare in padella senza farla colorire, con 2 cucchiai di olio di oliva e un pizzico di sale grosso per 4-5'. Se necessario sfumate con poca acqua.*
UNITE *in una casseruola da forno il brodo, la quinori e la cipolla. Mescolate, chiudete con il coperchio e infornate a 180 °C per 45'.*
SFORNATE *e condite con un filo olio di sesamo. Aggiustate di sale e pepe e fate riposare per 1 ora.*
SERVITE *la quinori fredda, adagiandola su un piatto e decorandola con le verdure crude. Irrorate con il pesto di erbe e servite.*
LA SIGNORA OLGA *dice che la quinori è un misto di quinoa bianca e rossa, riso Basmati precotto, sesamo e lenticchie. Si trova nei negozi di prodotti biologici.*

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- **Cortese dell'Alto Monferrato**
- **Valdinievole Bianco**
- **Vignanello Bianco**

Gusto millerighe

UN PIATTO **SPETTACOLARE** PER CHI VUOLE DIVERTIRSI A FARE LA PASTA IN CASA. IL VIVACE CONTRASTO CROMATICO SI AMMORBIDISCE NELLA DELICATEZZA DEL RIPIENO E DELLA CREMA DI CROSTACEI

RICETTA SERGIO BARZETTI
ABBINAMENTO VINO/RICETTA GIANLUCA LADU
TESTI SARA TIENI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Nel bicchiere

Uno spumante secco e aromatico
"Alfiere" Rosé Zero Dosaggio Croci
Un approccio agricolo sensibile e naturale, la selezione delle uve, le fermentazioni spontanee, la lavorazione in cantina senza coadiuvanti né tecnologie lasciano libera espressione al carattere territoriale dei

Tortelli bicolore al salmone con crema di gamberi

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 2 ore più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

500 g gamberi rossi da pulire
430 g farina 00 più un po'
300 g salmone
150 g patate lessate
50 g burro
20 g nero di seppia
4 uova e **1** tuorlo – **1** cipollotto
basilico – olio extravergine di oliva – sale

1 LAVORATE *200 g di farina con 2 uova e il nero di seppia. Lavorate separatamente altri 200 g di farina con 2 uova e 1 tuorlo. Dovrete ottenere due impasti omogenei e lisci. Copriteli con la pellicola e poneteli a riposare in frigo per 1 ora.*
2 PREPARATE *il ripieno: fate appassire mezzo cipollotto tritato in un velo di olio; unite il salmone sminuzzato e rosolatelo vivacemente per 6-7′. Mescolatelo poi con le patate passate, 10 foglie di basilico e sale.*
3-4 PORTATE *a bollore 500 g di acqua con i gambi del basilico, unite le teste dei gamberi e i gusci delle code e cuocete il brodo per 10-12′. Fondete il burro in casseruola, poi amalgamatevi 30 g di farina. Stemperate il roux con il brodo filtrato e cuocete per 10′ a fuoco basso ottenendo una crema; aggiustate di sale. Spegnete, unite le code di gambero sgusciate a tocchetti e 5 foglie di basilico tritate.*
5-6 STENDETE *le due paste, ciascuna in due rettangoli di 11x15 cm, spessi 4 mm. Rifilate i bordi; tagliateli a striscioline larghe 1 cm e accostatele ben serrate alternando i colori componendo due stuoie della stessa misura; lavorate velocemente, con la pasta fresca e ben malleabile.*
7-8 SPIANATE *poi le due stuoie bicolore con il matterello, in modo che le striscioline aderiscano bene l'una all'altra; fate in modo che le stuoie non siano più larghe della macchina stendipasta. Quindi passatele nella macchina stessa e tiratele fino a ottenere delle strisce sottili.*
9-10 RITAGLIATE *la pasta in quadrati di 10 cm e ponete al centro di ciascuno una noce di ripieno. Richiudete i quadrati a triangolo e sigillate bene la pasta attorno al ripieno. Ripiegate i triangoli alla base e chiudeteli ad anello come i tortellini. Portate a bollore abbondante acqua salata con qualche foglia di basilico e lessatevi i tortelli per 4-5′. Scolateli e serviteli con la crema di gamberi e foglioline di basilico.*

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

vini di Massimiliano Croci. Questo suo Metodo Classico nasce da un originale insieme di uve: barbera, croatina, malvasia nera. Profuma di erba fresca, fragolina di bosco e ha un sapore sapido e vivace, che rinfresca il salmone e i gamberi. Servitelo sui 6-8 °C. *18 euro.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***22 aprile***

LO STILE IN TAVOLA
Piatto e tovagliolo Broste Copenhagen, colore usato per il fondo Farrow&Ball; ciotole di vetro Bormioli Rocco, padella Risolì, casseruole Moneta Pantone Universe, spatola Zeal, piano cottura Smeg, spianatoia Tescoma.

Pesci

Fate fare "oooh" ai vostri ospiti con il **VIRTUOSISMO** da chef di questa pagina. Poi rilassatevi con ricette marinare meno audaci ma altrettanto ricche di sapore

RICETTE GIOVANNI ROTA
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI ALMA VALDORA
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

1

1 Pavé di seppia e pomodorini multicolore

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **400 g** seppie pulite
- **200 g** pomodorini a pera gialli
- **200 g** pomodorini rossi
- **120 g** panna fresca
- **16 g** nero di seppia
- olio extravergine di oliva
- pepe bianco – sale

TAGLIATE *a striscioline i sacchi delle seppie e frullateli con la panna, sale e pepe.*
PREPARATE *una stuoia seguendo la Scuola di cucina qui accanto.*
CUOCETE *a vapore i tentacoli delle seppie per una decina di minuti.*
TAGLIATE *a tocchetti i tentacoli delle seppie e raccoglieteli in una ciotola con i pomodorini gialli e quelli rossi. Condite con olio, sale e pepe.*
UNITE *in una ciotola il nero di seppia con un cucchiaio di acqua e uno di olio ed emulsionate tutto mescolando con una piccola frusta.*
TAGLIATE *la stuoia di seppie ormai cotta in 4 pavé. Stendeteli nei piatti, distribuitevi sopra l'insalata di tentacoli e pomodorini e servite completando con gocce di emulsione al nero di seppia e, a piacere, con foglie di coriandolo fresco, di prezzemolo o di cerfoglio.*

OLIO *intensamente fruttato, sapido, con sapore di carciofo e note mandorlate.*
• **Monti Iblei Dop da olive Tonda Iblea**

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
• **Riviera del Brenta Chardonnay**
• **Colline Lucchesi Vermentino**
• **Capri Bianco**

LO STILE IN TAVOLA
Piatti e tessuti Broste Copenhagen, piatto del sarago ASA Selection.

Scuola di cucina

MOLLUSCHI IN FORMA DI "STUOIA"

Un "divertissement" di alta cucina che si può replicare facilmente anche a casa. Seguendo i nostri passaggi passo passo, il successo è garantito. Potete utilizzare la stuoia come base da completare a piacere con verdure e salse oppure potete farcirla con un ripieno, arrotolarla a mo' di cannellone e, a seconda della misura, tagliarla in girelle.

a **Raccogliete nel bicchiere del frullatore i sacchi delle seppie tagliati a striscioline e frullateli con la panna, sale e pepe fino a ottenere un composto fine e cremoso.**

b **Posate un setaccio su un foglio di carta da forno. Passate al setaccio la crema di seppie aiutandovi con una spatola: questa operazione renderà il composto più liscio e uniforme.**

c **Coprite con altra carta da forno e spianate il composto con il matterello ottenendo una stuoia spessa 4-5 mm.**

d **Adagiate la stuoia, con tutta la carta, nella vaporiera o nel cestello per la cottura a vapore e cuocetela per 5-6'. Liberatela infine dalla carta e servitela, tagliata nelle forme e nelle misure che preferite.**

A

B

C

D

2

dal FRIULI-VENEZIA GIULIA

3

2 Triglie e cozze in guazzetto con cialde croccanti

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 kg cozze pulite
600 g triglie
400 g pomodorini ciliegia
2 albumi – **1** scalogno – **1** spicchio di aglio
prezzemolo – basilico – aneto – farina di ceci
semola di grano duro – farina 00 – latte
olio extravergine di oliva – sale – pepe

PREPARATE *le cialde: miscelate 50 g di farina di ceci, 20 g di semola, 15 g di farina 00 e un pizzico di sale. Mescolate con gli albumi e 15 g di latte ottenendo una pastella. Spennellatela in 2-3 strati su un foglio di carta da forno formando delle strisce lunghe 10-12 cm. Infornate a 180 °C per 3-4′. Una volta pronte, si staccheranno dalla carta.*
FRULLATE *grossolanamente i pomodorini con un pizzico di sale. Unite mezzo scalogno pelato e 5 foglie di basilico e lasciate insaporire per 30′; toglie te gli aromi e frullate per 1′; rimettete gli aromi e fate riposare per 30′, infine eliminate gli aromi, frullate per 1′, salate, pepate e passate la salsa con un colino a maglia fine.*
FATE *appassire uno spicchio di aglio con la buccia e un ciuffo di prezzemolo in un velo di olio in padella; unite le triglie squamate ed eviscerate e cuocetele per 2′ per parte. Trasferitele in una pirofila e tenetele in caldo in forno a 50 °C. Nella padella unite le cozze, ben pulite; coprite e fatele aprire; infine sgusciatele.*
FRULLATE *50 g di acqua delle cozze con 50 g di olio e una manciata di prezzemolo ottenendo un'emulsione.*
SERVITE *le triglie e le cozze con la salsa di pomodoro, l'emulsione, poco aneto e le cialde.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- Lison Chardonnay
- Esino Bianco
- Salaparuta Catarratto

3 Merluzzo all'istriana

IMPEGNO Facile
TEMPO 35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g filetti di merluzzo
50 g patata
2 sarde fresche
1 cipolla
1 limone – **1** spicchio di aglio

1 peperoncino piccante
prezzemolo
brodo vegetale – sale
capperi dissalati
olio extravergine di oliva

TAGLIATE *i filetti di merluzzo in tranci e poneteli in un tegame con la cipolla tritata fine, lo spicchio di aglio schiacciato, un ciuffo di prezzemolo tritato, sale e un filo di olio. Cuoceteli a fiamma molto bassa per 10′ circa.*
TRASFERITE *poi il pesce su un piatto e nel fondo di cottura unite una manciata di capperi tritati finissimi, le sarde pulite e la patata grattugiata. Mescolate bene bagnando con un po' di brodo e cuocete per una decina di minuti, finché le patate non saranno cotte.*
UNITE *al sughetto il merluzzo e il peperoncino, scaldatelo e insaporitelo per pochi secondi, quindi servitelo con una spruzzata di succo di limone.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Collio Pinot grigio**
- **Trebbiano d'Abruzzo**
- **Sambuca di Sicilia Grecanico**

4 Gamberoni in crosta di arachidi con melanzane

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 kg 8-10 gamberoni
500 g melanzana
130 g arachidi non salate sgusciate
40 g pane raffermo
maggiorana fresca
timo – scalogno
limone
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

4

PELATE *la melanzana, tagliatela a rondelle spesse 1 cm e rosolatela in un velo di olio con 1/2 scalogno e un rametto di timo; quindi coprite e cuocete per 5′, bagnate con uno spruzzo di vino e cuocete per altri 5′. Tritate infine la melanzana con un rametto di maggiorana; conditela con il succo di 1/2 limone, sale, pepe e un filo di olio.*
PRIVATE *i gamberoni della testa, sgusciateli ed eliminate il budellino bruno.*
TRITATE *grossolanamente le arachidi nel mixer. Privatе il pane della crosta e frullatelo finemente con 2 rametti di maggiorana; mescolatelo poi con le arachidi tritate.*
PASSATE *le code dei gamberoni nel misto di pane e arachidi, premendo per farlo ben aderire. Accomodate i gamberoni su una teglia foderata di carta da forno e infornate nel forno ventilato a 200 °C per 8-10′.*
SFORNATE *i gamberoni e serviteli con la crema di melanzane.*
LA SIGNORA OLGA *suggerisce di provare a variare l'impanatura dei gamberoni utilizzando al posto delle arachidi mandorle o nocciole tritate e aromatizzando a piacere con scorza grattugiata di limone.*

NOCCIOLINE, OLTRE LO SNACK

Originaria del Sudamerica, l'arachide è un legume molto diffuso in Africa e in Asia. Si presenta come un cespuglio i cui frutti si sviluppano e maturano qualche centimetro sotto terra. I loro semi, le famose "noccioline", sono ricchi di proteine e di grassi. Nella cucina africana si usano in piatti di pollame o di pesce, mentre nelle ricette asiatiche sono la base di numerose salse.

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Soave Superiore**
- **Terratico di Bibbona Vermentino**
- **Alcamo Chardonnay**

5

IL SARAGO

È un pesce di mare che ama i fondali rocciosi, ricchi di alghe. Tra le **numerose specie**, le migliori sono il sarago maggiore e il sarago comune, ottimi arrostiti. Le specie minori, come lo sparaglione e il sarago fasciato, sono più indicate per le zuppe. Va consumato entro poche ore dalla pesca, poiché deperisce molto velocemente.

5 Sarago con peperoni, cipollotti e polvere di olive

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g 4 filetti di sarago con pelle deliscati
70 g olive nere snocciolate
4 peperoni arancioni
2 cipollotti
olio extravergine di oliva
sale – pepe

DISTRIBUITE *le olive su una teglia, infornatele a 120 °C nel forno ventilato e fatele essiccare per 1 ora circa.*
TAGLIATE *i peperoni a metà per il lungo, eliminate i semi e i filamenti e arrostiteli in padella in un velo di olio per 15-20′; 2-3′ prima di spegnere unite i cipollotti, privati della parte verde e tagliati a metà.*
TAGLIATE *i filetti di sarago a metà con un taglio diagonale; ungeteli con un filo di olio, salateli, pepateli e arrostiteli in padella a fuoco medio, prima sul lato della pelle per 3′, poi sul lato della polpa per altri 2-3′.*
SERVITE *il pesce con i peperoni e i cipollotti e condite tutto con le olive essiccate sbriciolate.*

LA SIGNORA OLGA *dice che le olive essiccate aggiungono carattere e profondità alla preparazione. Potete prepararne in quantità e conservarle in vasetti ermetici: sono ottime anche per la pasta, per condire la carne o spolverizzate sulle insalate. Allo stesso modo potete essiccare anche bucce di cipolla e di pomodoro, fettine di sedano e di carote e usarle come insaporitori.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Montello e Colli Asolani Manzoni bianco**
- **Colli del Trasimeno Bianco scelto**
- **Erice Grillo**

6 Sarde ripiene di zucchine con salsa agra

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 15'

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g zucchine
180 g farina di mais
80 g zucchero
24 g amido di mais
24 sarde – **2** uova – **1** cipolla bianca
pangrattato – menta – alloro – vino bianco
aceto di vino bianco – olio di arachide
pepe in grani olio extravergine – sale

UNITE *in una casseruola 100 g di aceto, 100 g di vino, 100 g di acqua, lo zucchero, 1 foglia di alloro, un pizzico di sale e 3 grani di pepe. Fate bollire per 20-30' ottenendo una salsa densa; fuori del fuoco aggiungete 4 g di amido di mais stemperato con un cucchiaio di acqua. Cuocete per 2-3' mescolando con la frusta.*
ELIMINATE *la testa delle sarde, apritele a libro ed evisceratele sotto un filo di acqua. Asciugatele con carta da cucina.*
GRATTUGIATE *le zucchine con la grattugia a fori grossi. Affettate finemente la cipolla e fatela appassire in padella con un velo di olio extravergine, un pizzico di sale e una foglia di alloro, unite le zucchine e cuocetele finché non si saranno dorate, quindi allargatele su un vassoio a raffreddare. Mescolatele infine con 2 tuorli, 20 g di pangrattato e sale.*
DISPONETE *sul piano 12 sarde con la polpa rivolta verso l'alto. Disponete su ciascuna un cucchiaio di composto di zucchine e copritela con un'altra sarda, tenendo la pelle verso l'esterno. Passate ogni "sandwich" di sarde negli albumi leggermente sbattuti e poi nella farina di mais miscelata con 20 g di amido di mais. Friggetele in abbondante olio di arachide ben caldo per 2-3' facendole dorare su entrambi i lati. Scolatele su carta da cucina, salatele e servitele subito con la salsa e qualche foglia di menta.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Colli Orientali del Friuli Friulano**
- **Verdicchio di Matelica**
- **Irpinia Greco**

BIRRA *di colore oro carico con aromi intensi e fruttati, rotonda, molto maltata e luppolata.*
- **Dortmunder**

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***12 aprile***

6

Verdure

Crude in tutta la loro freschezza, frullate in crema per una nota più ricercata, esotiche ma sempre **MEDITERRANEE**. Soprattutto facili e molto originali

RICETTE FABRIZIO MARINO
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI ANGELA ODONE
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

1

1 "Ratatouille" cruda

IMPEGNO Facile
TEMPO 50 minuti più 30' di marinatura
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g gombo
150 g peperoni arancioni
120 g melanzana a dadini
100 g zucchine verdi a rondelle
100 g finocchio mondato
70 g fagiolini verdi
50 g spinaci freschi
30 g polpa di avocado
30 g pomodori secchi
30 g olive taggiasche snocciolate
25 g basilico – **20 g** uvetta ammollata
10 g cipollotto a rondelle – **1** pomodoro
aceto di vino bianco – semi di finocchio
origano fresco – paprica affumicata
olio extravergine di oliva – sale

FRULLATE *i pomodori secchi con l'avocado, un pizzico di semi di finocchio, un cucchiaio di foglie di origano fresco, 5 g di aceto di vino bianco, 25 g di olio e un pizzico di paprica affumicata. Salate alla fine.*
MONDATE *i peperoni e tagliateli in quadretti di piccole dimensioni. Tagliate anche il finocchio in dadini di piccole dimensioni.*
INCIDETE *la pelle del pomodoro con un taglio, sbollentatelo per 30 secondi, spellatelo, privatelo dei semi e dividetelo in tocchi.*
DIVIDETE *i fagiolini in tre parti.*
SALATE *separatamente tutte le verdure, massaggiatele e lasciatele marinare per 30': il sale eliminerà la parte amara e le renderà più morbide. Infine scolatele e strizzatele delicatamente.*
RACCOGLIETE *separatamente tutte le verdure, eccetto i gombo, in un colapasta e lasciate scolare per 10-15'. Poi trasferitele in una ciotola e condite questa "ratatouille" con 25 g di basilico fresco, le olive, l'uvetta sgocciolata e il pesto di pomodori secchi e avocado.*
MONDATE *i gombo, divideteli in lunghezza, ungeteli leggermente di olio e arrostiteli sulla piastra rovente senza grassi per 8-12'. Servite la "ratatouille" cruda con i gombo decorando a piacere con foglioline di basilico e fettine di zucchina colorate con lo zafferano.*

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- **Riviera del Garda Bresciano Bianco**
- **Candia dei Colli Apuani Bianco**
- **Melissa Bianco**

LO STILE IN TAVOLA

Piatto della "ratatouille", ciotolina di marmo, piattini, piatto ovale, tovagliolo blu e stuoia intrecciata Broste Copenhagen, piatto del "gazpacho" Virginia Casa, padella dei fagioli Mauviel 1830, fondo Tagina Ceramiche d'Arte; piastra liscia Le Creuset.

Scuola di cucina

IL GOMBO

Si chiama *Hibiscus esculentus* questa pianta appartenente alla famiglia delle *Malvaceae*, che ha fiori che somigliano a quelli dell'ibisco. È originaria dell'area tropicale e sud tropicale, dove è conosciuta con molti altri nomi: okra, bamja, ketmia. Dalla cucina dell'Africa, del Sudest asiatico e Sudamerica, da qualche anno si è diffusa in Europa e in alcune zone della Sicilia è coltivata con successo. La parte commestibile, che è la bacca immatura, somiglia a una zucchina con la punta affusolata che, divisa a metà, in lunghezza, ricorda un peperoncino. Il sapore è abbastanza delicato, tra la melanzana e l'asparago. Tritandola e durante la cottura produce un liquido colloso. I semi immaturi si possono consumare come i piselli; inoltre, essiccati e torrefatti, producono un surrogato del caffè.

a **Mondate il gombo tagliandolo alla base del picciolo e poi tornendolo tutto intorno per renderlo liscio.**
b–c **Tagliatelo a metà in lunghezza ed eliminate i semi e i filamenti bianchi usando un cucchiaino a mo' di scavino. Poi affettatelo molto sottilmente: in questo modo potrete mangiarlo crudo, molto croccante, unendolo a un'insalata mista.**
d **Se preferite arrostirlo, tagliatelo a metà senza privarlo dei semi, ungetelo di olio e cuocetelo sulla piastra rovente per 4-6' per lato: dovrà avere un colore dorato.**
e **Infine potete affettarlo a rondelle e lessarle in acqua bollente salata per 3-4'; scolatele e conditele con olio prima di servirle.**

A

B

C

D

E

2 Fagioli alla veneta

IMPEGNO Facile
TEMPO 45 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g fagioli freschi sgranati
5 acciughe dissalate
prezzemolo – aglio – aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva – sale – pepe

LESSATE *i fagioli per 30′ in acqua bollente leggermente salata. Spegnete, scolateli e teneteli in caldo in una casseruola.*
TRITATE *un ciuffo generoso di prezzemolo.*
ROSOLATELO *con uno spicchio di aglio in una casseruola con 3 cucchiai di olio; quando l'aglio sarà ben rosolato, toglietelo e unite le acciughe, stemperatele, bagnate con un bicchiere di aceto e insaporite con poco pepe. Lasciate bollire dolcemente per 10′, poi spegnete e versate questo saporitissimo condimento sui fagioli.*
COPRITE *la casseruola e fate riposare i fagioli per almeno una decina di minuti, quindi serviteli.*

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- **Monferrato Bianco**
- **Colline di Levanto Bianco**
- **Circeo Bianco**

2

TRADIZIONI REGIONALI

Questa ricetta raggiunge il vertice della bontà preparata con il **Fagiolo di Lamon Igp**, gloria locale: ha la buccia sottilissima, la polpa tenera e un sapore molto delicato.

dal VENETO

3

3 Muffin di carote con caprino e timo

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PEZZI
300 g carote a dadini
200 g formaggio fresco di capra
150 g farina di ceci
50 g farina di grano saraceno
15 g cremor tartaro (oppure 1 bustina di lievito in polvere per torte salate)
timo limone
curcuma in polvere
olio extravergine di oliva – sale

FRULLATE *il formaggio fresco di capra con un pizzico di sale, un cucchiaio di olio e 25 g di acqua. Raccogliete il composto cremoso in una tasca da pasticciere e mettetela in frigo mentre preparate il resto.*
SBOLLENTATE *le carote a dadini in acqua salata per 4-5′. Scolateli e rosolateli in casseruola con un filo di olio per 2-4′.*
MESCOLATE *la farina di grano saraceno*

con la farina di ceci, le foglie di 2 rametti di timo limone, il cremor tartaro, 20 g di olio, 150 g di acqua e mezzo cucchiaino di curcuma: dovrete ottenere un composto omogeneo. Alla fine incorporate i dadini di carota rosolati e versate il composto in 10 stampini da muffin in silicone (ø 7 cm, h 3,5 cm).
ACCOMODATE *gli stampini da muffin nella vaporiera e fate cuocere per 25′.*
SFORMATE *i muffin e fateli intiepidire brevemente, poi disponeteli nei piatti e completateli con il formaggio di capra condito distribuendolo sulla superficie come se fosse una glassa. Decorate a piacere con palline di carota lessate (per 4′ in acqua bollente salata) e con rametti di timo limone.*

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- **Valle d'Aosta Müller-Thurgau**
- **Reno Bianco**
- **Menfi Bianco**

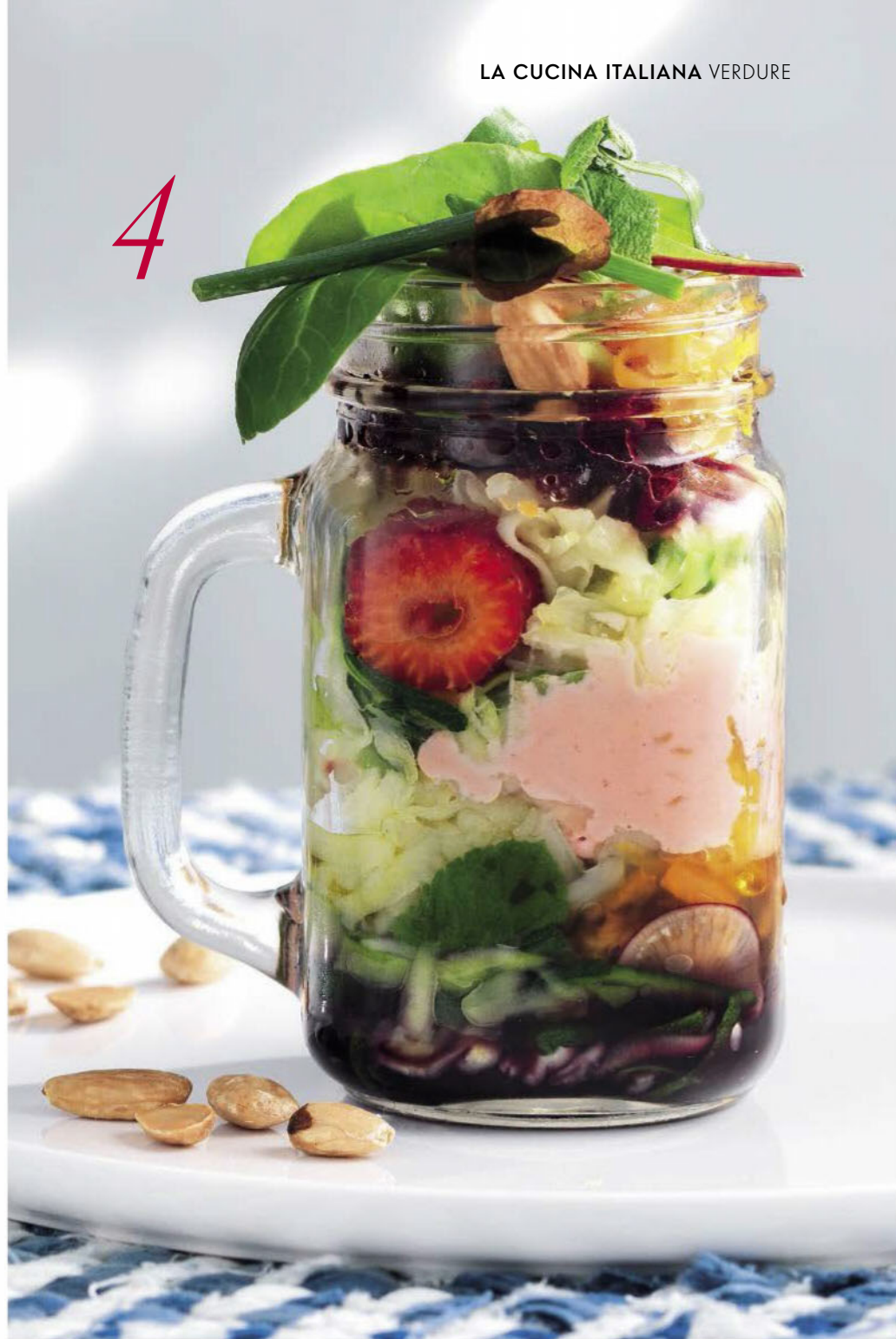
4

4 Vasetto delle meraviglie

IMPEGNO Facile
TEMPO 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g zucchine
250 g patate novelle
250 g carote di grandi dimensioni
200 g 1 barbabietola precotta
100 g tofu vellutato
70 g lamponi
30 g mandorle pelate
8 fragole – **4** ravanelli
menta – erba cipollina – misticanza
limone – mirtilli sciroppati – finocchietto
olio di semi di girasole
olio extravergine di oliva – sale

MONDATE *le carote, le patate, le zucchine e dividetele a metà.*
SBOLLENTATE *tutto per 8-12′. Scolate le verdure e raffreddatele in acqua e ghiaccio. Quindi sgocciolatele, asciugatele leggermente con carta da cucina e grattugiatele con la grattugia a fori grossi. Grattugiate anche la barbabietola.*
FRULLATE *il tofu con i lamponi, il succo di mezzo limone e un pizzico di sale unendo a filo 150 g di olio di semi di girasole: otterrete una salsa simile alla maionese.*
TOSTATE *le mandorle in padella senza grassi per 2-3′ cioè fino a quando non saranno di un bel colore dorato.*
AFFETTATE *molto sottilmente i ravanelli e le fragole.*
DISTRIBUITE *sul fondo di 4 vasetti di vetro un cucchiaino di mirtilli sciroppati (se non li trovate, potete lasciare marinare per 30′ 125 g di mirtilli freschi con 1-2 cucchiai di zucchero e succo di limone), poi alternate carote, zucchine, patate e barbabietola grattugiate, i ravanelli e qualche goccia di maionese ai lamponi, le fragole, ciuffetti di finocchietto, qualche foglia di menta, qualche foglia di misticanza condita con un filo di olio extravergine e un pizzico di sale, erba cipollina tagliata a rocchetti e le mandorle tostate. Decorate a piacere.*
LA SIGNORA OLGA *consiglia di scegliere l'olio di semi di girasole per la maionese ai lamponi perché il sapore delicato si sposa bene con quello dei lamponi. Preferite l'olio ottenuto per spremitura a freddo. Lo trovate nei negozi di specialità naturali e biologiche.*

VINO *bianco secco, leggermente aromatico.*
- **Garda Cortese**
- **Monteregio di Massa Marittima Bianco**
- **Gravina secco**

5 Melanzane con salsa agrodolce

IMPEGNO Facile
TEMPO 40' più 12 ore di marinatura
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
800 g 2 melanzane nere lunghe
350 g verdure miste (tocchetti di finocchio, pomodorini ciliegia, fettine di sedano, rondelle di cipollotto, ravanelli, peperoncino fresco)
100 g salsa di soia – **100 g** mirin
20 g zucchero integrale di canna
vino bianco secco – amido di mais
funghi shiitake essiccati – sale
aceto di vino bianco – olio extravergine

PREPARATE *dei sottaceti "rapidi": raccogliete le verdure miste in un sacchetto di plastica alimentare, bagnatele con un bicchiere di aceto, uno di olio extravergine e salatele generosamente. Chiudete il sacchetto cercando di fare uscire più aria possibile e lasciatele marinare per 12 ore.*
RACCOGLIETE *in una piccola casseruola la salsa di soia, il mirin e 2 funghi shiitake e lasciateli in ammollo per 1 ora.*
PORTATE *a bollore 100 g di vino in modo che la parte alcolica evapori.*
STEMPERATE *10 g di amido di mais in due cucchiai di acqua fredda. Versate il vino bollito nella casseruola con i funghi unendo anche lo zucchero, portatela sul fuoco e al bollore unite l'amido di mais, cuocete ancora per 2-3' fino a ottenere una salsa agrodolce non troppo densa.*
SBUCCIATE *parzialmente le melanzane, tagliatele in quattro spicchi nel senso della lunghezza, quindi in tocchi irregolari.*
CUOCETELI *sulla piastra leggermente unta di olio per 4' da ogni lato.*
DISPONETE *le melanzane nei piatti e completate con la salsa agrodolce e le verdure sott'aceto sgocciolate.*
LA SIGNORA OLGA *dice che il mirin è un condimento alcolico ottenuto dalla fermentazione di un particolare tipo di riso. Sembra un vino bianco leggermente sciropposo. Si acquista nei negozi di specialità orientali.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Coste della Sesia Bianco**
- **Arcole Bianco**
- **Tarquinia Bianco**

5

SOTTACETI
Potete insaporirli come preferite: con fette di limone o di zenzero fresco, chiodi di garofano, noce moscata

6

6 Doppia crema con biscotti al formaggio

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 10′ più 30′ di riposo
Vegetariana

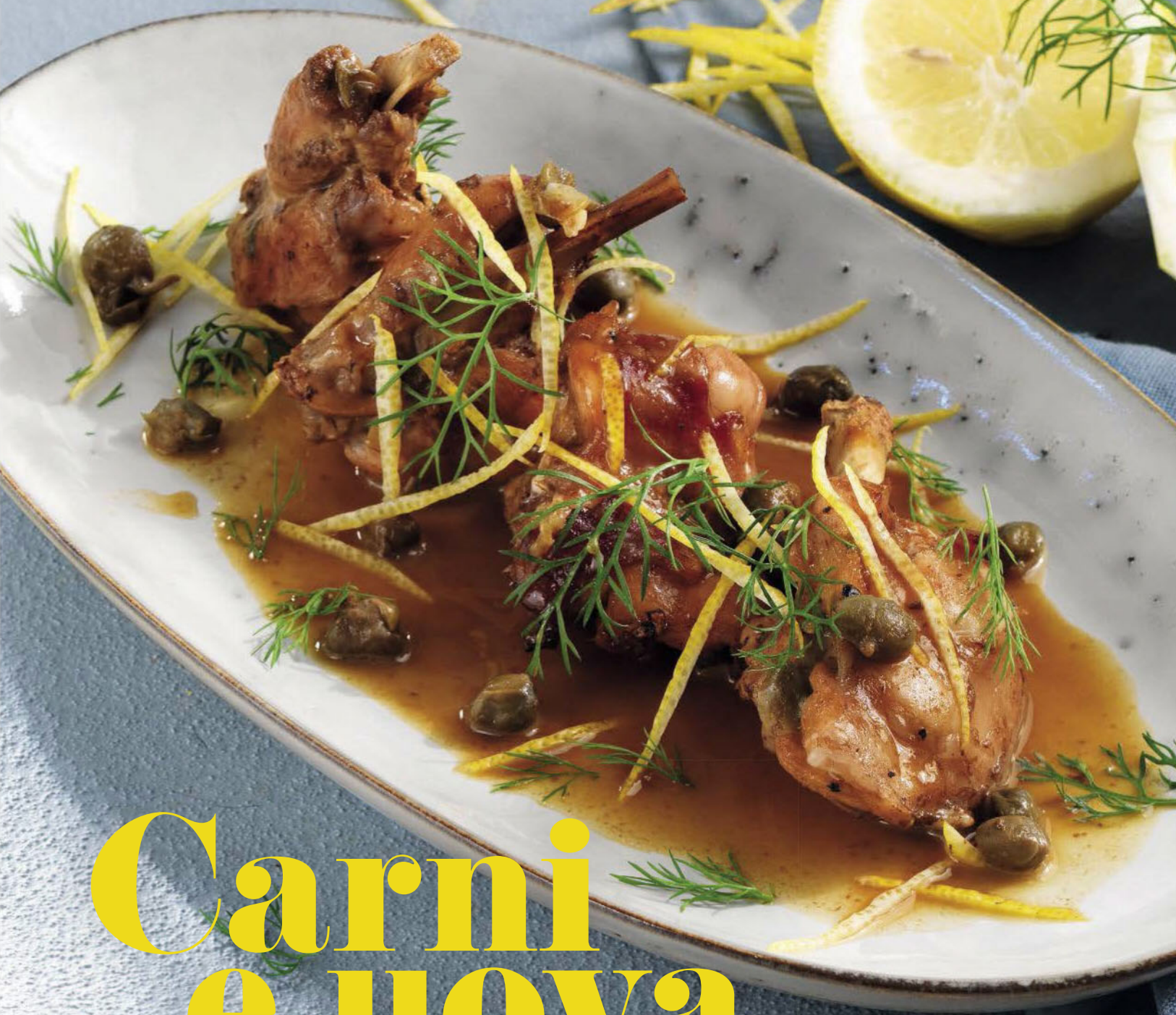
INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- **500 g** peperoni rossi e gialli
- **300 g** piselli freschi sgranati
- **140 g** farina 00
- **80 g** burro
- **50 g** grana grattugiato
- **30 g** nocciole
- **30 g** farina di mais bramata
- **1** pera coscia

basilico – latte
peperoncino in polvere
olio extravergine di oliva – sale

FRULLATE *le nocciole con la farina di mais, la farina 00, un pizzico di sale e uno di peperoncino in polvere; poi unite il grana, il burro e un cucchiaio di latte. Formate un panetto, avvolgetelo nella carta da forno e lasciatelo in frigo per 30′.*
STENDETE *la pasta in uno strato spesso circa 1 cm, tagliatela in biscotti quadrati di 5 cm di lato e disponeteli su una placca foderata di carta da forno. Infornate i biscotti nel forno ventilato a 180 °C per 10′; poi proseguite per altri 5-6′ nel forno statico. Sfornateli e fateli raffreddare.*
MONDATE *i peperoni, sbucciateli usando un pelapatate, tagliateli in tocchetti e cuoceteli in casseruola con 20 g di olio e sale sulla fiamma viva per 10′. Poi coprite, riducete la fiamma al minimo e proseguite per altri 30′. Spegnete e frullate tutto con 50 g di acqua, qualche foglia di basilico e 2 cucchiai di olio.*
SBOLLENTATE *i piselli per 4′, scolateli e frullateli con 100 g di acqua, 20 g di olio e un pizzico di sale.*
RIDUCETE *la pera a dadini senza sbucciarla e disponeteli in 4 piatti, distribuite in ognuno la crema di peperoni e poi al centro la crema di piselli: muovendo delicatamente in modo rotatorio il piatto le due creme si mescoleranno creando un effetto cromatico a forma di spirale.*
SERVITE *con i biscotti al formaggio decorando a piacere con mezzo ravanello.*

VINO *sconsigliato per la particolare leggerezza della preparazione.*

*Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il **13 aprile***

RICETTE FABIO BARBAGLINI
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Carni e uova

Coniglio, pollo, vitello, agnello: ciascuno trattato con il **TIPO DI COTTURA** più adatto per esaltarne sapore e morbidezza. Più un crudo appetitoso e delle uova ricercate

1 Coniglio al Marsala con capperi

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30' più 30' di marinatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1,3 kg coniglio eviscerato
50 g capperi sotto sale
aglio – alloro
burro
finocchietto
limone – Marsala
sale – pepe in grani

TAGLIATE *il coniglio in pezzi, eliminando la testa. Metteteli in una pirofila e unite 2 spicchi di aglio sbucciati e tagliati a metà, i capperi ben sciacquati dal sale e asciugati, un cucchiaino di pepe in grani un po' schiacciati, 4 foglie di alloro, mezzo limone lavato e tagliato a pezzetti, 1 bicchiere di Marsala e sale. Lasciate marinare coperto con la pellicola per 30'.*
TRASFERITE *i pezzetti di coniglio in due sacchetti per la "sacco cottura", come si vede nella Scuola di cucina qui a fianco. Dividete tra i sacchetti anche i pezzetti di limone, le foglie di alloro e il liquido della marinata, quindi chiudeteli e appoggiateli su una placca da forno.*
INFORNATE *a 160 °C per circa 1 ora, poi sfornate. Recuperate il sugo di cottura dai sacchetti e fatelo ridurre portandolo sul fuoco per 4-5'. Lucidate la salsa ottenuta con una piccola noce di burro e servitela con il coniglio, guarnendo con scorza di limone a julienne e finocchietto fresco.*
LA SIGNORA OLGA *dice che potete facilmente trovare il coniglio già sezionato anche al supermercato. In questo caso, acquistatene circa 1,1 kg.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- **Valtellina Rosso**
- **Rosso Conero**
- **Riesi Nero d'Avola**

LO STILE IN TAVOLA

Piatto del coniglio, delle uova e dell'agnello Broste Copenhagen, piatto delle ali ASA Selection, piatto della carne cruda Virginia Casa, tovagliolo blu Opificio dei Sogni, fondo Tagina Ceramiche d'Arte; casseruola colorata Moneta Pantone Universe, sacchetti per cottura Cuki.

1

Scuola di cucina

IN SACCHETTO SENZA GRASSI

I sacchetti per la cottura sono in materiale speciale, che resiste alle alte temperature (fino a 200 °C, per un massimo di 60' di cottura). Questa tecnica consente di cuocere senza grassi, di mantenere negli alimenti tutti i sapori e i nutrienti, che non vengono dispersi con il vapore. Inoltre carni e pesci rimangono morbidi e idratati; infine, non si sporcano pirofile e teglie. Ecco come utilizzarli.

a **Mettete nei sacchetti carni, pesci e verdure con i loro condimenti. Tenete conto che il cibo in cottura rilascerà un po' di liquido: non riempite troppo i sacchetti.**

b–c **Chiudeteli con i lacci in dotazione o con uno spago e infornate: i sacchetti si gonfieranno, perciò appoggiateli nella parte bassa del forno.**

d **Se volete utilizzare il liquido di cottura per preparare salse, tagliate un angolo del sacchetto prima di aprirlo, per recuperarlo più facilmente.**

A

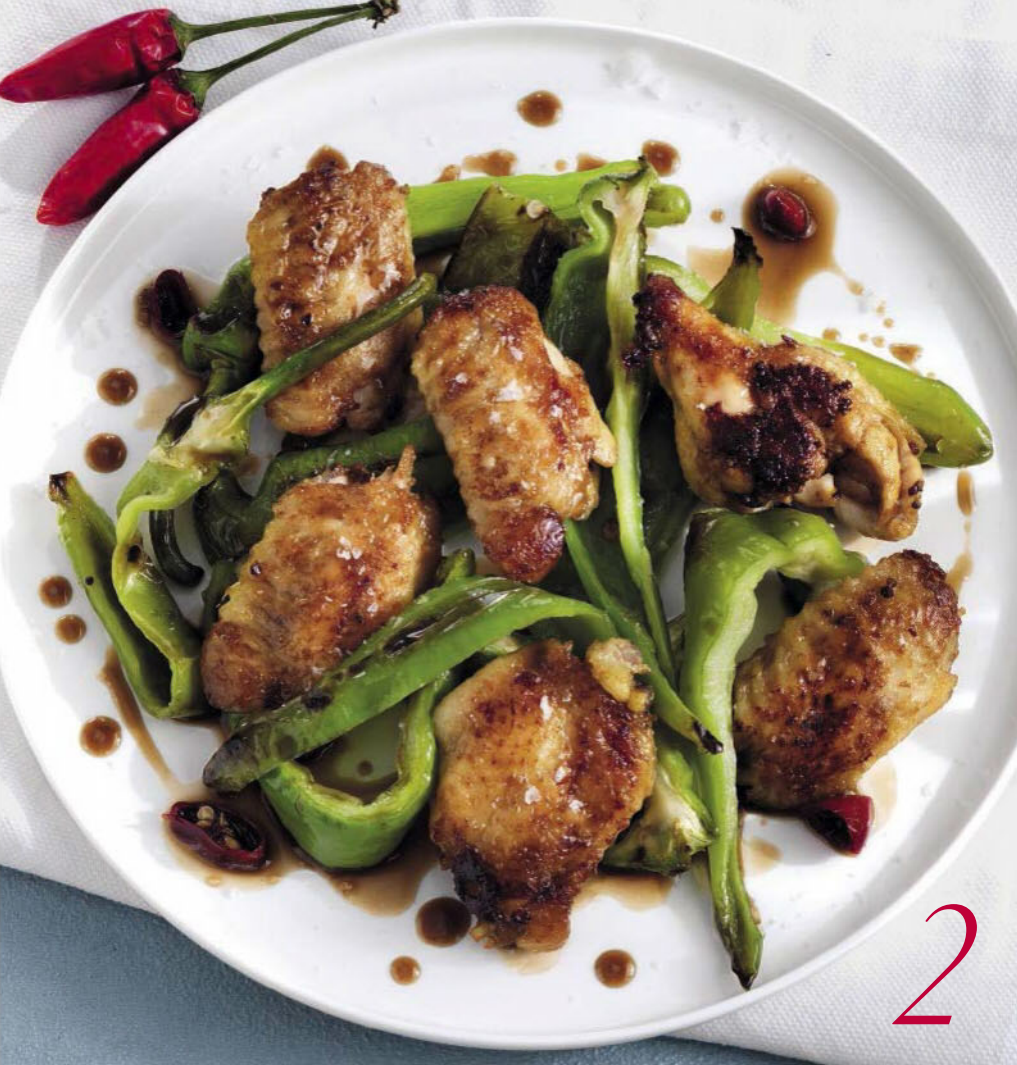
B

C

D

2

dal PIEMONTE

3

2 Ali di pollo speziate con salsa alla birra

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 15′ più 4 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g birra rossa trappista
400 g peperoni friggitelli
100 g zucchero
30 g aceto balsamico
12 ali di pollo
aglio – alloro – curcuma in polvere
paprica piccante
senape rustica – salsa Worcester
peperoncino – sale
vino bianco – olio extravergine di oliva

DIVIDETE *a metà le ali, disponetele in una pirofila con 4 foglie di alloro e 2 spicchi di aglio sbucciati e tagliati a pezzetti.*
MESCOLATE *4 cucchiaini di senape, 2 di salsa Worcester, 2 di curcuma, uno di paprica e un bicchiere di vino: versate sulle ali, mescolatele massaggiandole, copritele con la pellicola e lasciatele marinare per 4 ore.*
SCOLATE *le ali dalla marinata e cuocetele in una casseruola con un filo di olio e mezzo bicchiere di acqua e mezzo di vino per circa 45′, con il coperchio, a fuoco basso.*
MONDATE *i peperoni, tagliateli in 4 per il lungo e cuoceteli in padella con un filo di olio e sale per 10-15′.*
SCIOGLIETE *in una casseruola lo zucchero con l'aceto e portate a bollore. Cuocete per 2′ quindi aggiungete un cucchiaio di birra, uno spicchio di aglio, un peperoncino a pezzetti e mescolate. Unite poi anche il resto della birra e cuocetela finché non si sarà ridotta a circa un quinto: serviranno circa 20′ di cottura a fuoco basso, durante i quali dovrete schiumare il liquido in superficie, per eliminare le impurità.*
SCOLATE *infine le ali e abbrustolitele in padella, con un filo di olio. Servitele con i peperoni e la salsa.*
LA SIGNORA OLGA *dice che, se volete servire le ali disossate, come nella foto, dovete togliere gli ossicini, che si sfileranno con facilità, dopo averle stufate, quindi abbrustolirle come indicato sopra.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- **Friuli-Aquileia Merlot**
- **San Ginesio Rosso**
- **Ostuni Ottavianello**

BIRRA *chiara o ambrata, con aromi di tostatura, corposa e persistente.*
- **Bock**

3 Insalata di carne cruda

IMPEGNO Facile
TEMPO 20 minuti più 30' di marinatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
600 g filetto di manzo
140 g cetrioli sott'aceto
2 limoni
aglio – prezzemolo
olio extravergine di oliva – sale – pepe

TAGLIATE *il filetto a striscioline e raccoglietele in una ciotola insieme ai cetrioli, anch'essi tagliati a striscioline.*
FRULLATE *il succo dei limoni con 60 g di acqua, 60 g di olio, sale, pepe e un ciuffo di prezzemolo tritato, ottenendo un'emulsione. Immergetevi uno spicchio di aglio a pezzetti e lasciatevelo marinare per 30', quindi eliminatelo. Versate l'emulsione sulla carne, completandola con un trito di scorza di limone e prezzemolo.*
TRADIZIONI REGIONALI *Il buongustaio piemontese non ama che la carne del filetto venga "cotta" dal succo di limone, che sarà aggiunto perciò solo poco prima di servire. Per arricchire il piatto, si usa accompagnarlo con fettine di funghi ovoli oppure di tartufi o di grana, secondo stagione.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- **Ruchè di Castagnole Monferrato**
- **Val di Cornia Rosso**
- **Verbicaro Rosso**

4

4 Arrosto freddo con "bagnetto" al sedano

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora più 30' di raffreddamento

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE
1,8 kg arrosto di scamone di vitello
150 g cuore di sedano
100 g mela verde
100 g aceto di mele
50 g pancarré
4 cipollotti – **2** finocchi
1 gambo di sedano coriandolo in bacche
pinoli – semi di girasole
vino bianco secco
olio extravergine – sale grosso e fino

SALATE *lo scamone con il sale grosso e rosolatelo in una casseruola con un filo di olio; dopo 3-4' aggiungete il verde dei finocchi e bagnate con circa mezzo litro di vino. Unite il gambo di sedano e i cipollotti a pezzetti, 2 cucchiai di bacche di coriandolo.*
COPRITE *e cuocete a fuoco minimo per circa 30', poi spegnete e fate riposare l'arrosto nella sua pentola, coperto, per 10-15'; toglietelo dal liquido e lasciatelo raffreddare.*
AMMOLLATE *intanto il pancarré nell'aceto di mele, quindi frullatelo con 60 g di olio, 100 g di finocchio, il cuore di sedano, la mela e un pizzico di sale, ottenendo il "bagnetto".*
TAGLIATE *la carne in fette sottili, salatele e servitele con il "bagnetto", completando con pinoli e semi di girasole tostati in padella.*

OLIO *mediamente fruttato, con sapore di carciofo o cardo e amaro e piccante netti.*
- **Umbria Dop**

VINO *rosato secco, di buona acidità.*
- **Lison-Pramaggiore Merlot Rosato**
- **Pietraviva Rosato**
- **Etna Rosato**

5 Uova sode ripiene con mousse allo spumante

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
110 g olio di arachide
60 g insalata mista
25 g aceto di vino bianco
25 g vino bianco spumante
9 uova
1 scalogno
sale – erbe aromatiche

RASSODATE *le uova e sgusciatele. Tagliatele a metà e togliete i tuorli, tenendoli da parte.*
TRITATE *lo scalogno e mettetelo in una casseruola con l'aceto; fate cuocere per 2' poi aggiungete lo spumante e riportate a bollore.*
SPEGNETE *il fuoco, unite allo scalogno mezzo albume sodo tritato, salate e frullate con un mixer a immersione.*
VERSATE *a filo l'olio, continuando a emulsionare con il mixer, fino a ottenere una mousse leggera.*
DISPONETE *le mezze uova nei piatti, su un ciuffo di insalata mista. Riempitele con la salsa, che utilizzerete anche per condire l'insalata.*
COMPLETATE *il piatto con due tuorli ciascuno, sbriciolati.*
GUARNITE *con foglioline di erbe aromatiche fresche.*

VINO *spumante secco, fragrante e aromatico.*
- **Oltrepò Pavese Pinot nero spumante**
- **Albana di Romagna spumante**
- **Ischia Bianco spumante**

QUESTIONI DI... PESO

Se volete limitare l'apporto di grassi potete evitare di unire i tuorli sbriciolati. Questo piatto può diventare un antipasto, servendo un solo uovo ciascuno.

5

6

6 Agnello con salsa di pane e salmoriglio

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
240 g pan brioche – **240 g** latte
100 g succo di limone
16 costolette di agnello
1 cipollotto di Tropea
colatura di alici
origano fresco
olio extravergine di oliva – sale

PULITE *gli ossicini delle costolette, raschiandoli con un coltellino.*
FRULLATE *100 g di pan brioche; ungete di olio le costolette, salatele e impanatele nel pan brioche.*
CUOCETELE *su una piastra molto calda per 5′, voltandole diverse volte sui due lati. Lasciatele riposare, tenendole in caldo.*
PREPARATE *la salsa di pane: ammollate il pan brioche rimasto nel latte, quindi frullatelo con 30 g di olio e 2 cucchiaini di colatura di alici (se non la trovate, stemperate un'acciuga sotto sale nell'olio): otterrete una salsa piuttosto densa e molto saporita.*
FRULLATE *il succo di limone con altrettanta acqua tiepida, 200 g di olio, sale e un ciuffo di origano fresco; completate la salsa con il cipollotto tagliato a fettine (salmoriglio).*
SERVITE *le costolette accompagnandole con le due salse e completandole con foglie di insalata a piacere.*

LA SIGNORA OLGA *dice che abbiamo accompagnato queste costolette con due salse perché entrambe contribuiscono al sapore finale: la salsa di pane dà sapidità, mentre il salmoriglio "sgrassa" con la sua acidità e dona una componente aromatica. Il salmoriglio sarà molto abbondante: potete conservarlo e utilizzarlo anche il giorno dopo per condire insalate o uova sode.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- **Breganze Pinot nero**
- **Colli Bolognesi di Monte San Pietro Barbera**
- **Lago di Corbara Merlot**

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***20 aprile***

Dolci

Di una cena, è il dessert a lasciare il **RICORDO** più intenso.
Come succede con il finale delle fiabe. Ed ecco
delizie fresche, fondenti, con la frutta o al cioccolato...

RICETTE ALESSANDRO PROCOPIO **ABBINAMENTI VINI/RICETTE** GIUSEPPE VACCARINI
TESTI AMBRA GIOVANOLI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

1 Spugne dolci con macedonia

IMPEGNO Medio
TEMPO 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
250 g latte – **100 g** anguria
75 g pan brioche – **70 g** pera
50 g uva bianca – **50 g** uva nera – **50 g** more
20 g farina – **10 g** amido di mais
5 g lievito in polvere per dolci
4 uova – **1** prugna – zucchero – limone
cannella in polvere

PORTATE *a bollore il latte, poi toglietelo dal fuoco, immergetevi il pan brioche spezzettato e lasciatelo ammorbidire per 5′. Frullate il pan brioche con il latte, trasferite il frullato in un'ampia ciotola e fatelo raffreddare in frigo.*
SEPARATE *le uova: tenete da parte i tuorli e montate a neve ben ferma gli albumi.*
INCORPORATE *nel frullato di latte e pan brioche i tuorli, uno alla volta, la farina, 30 g di zucchero, l'amido, il lievito, infine gli albumi, con delicatezza per non smontarli. Versate il composto in 6 cocotte e infornatele nel microonde a 900 W per 1′ e 30″: cuocendo, il composto assumerà la consistenza di una spugna. Riponete le cocotte in frigo per 5′, poi sformate le spugne.*
MONDATE *tutta la frutta e fatene una macedonia.*
RIUNITE *la frutta in una ciotola e conditela con un cucchiaio di zucchero, il succo di mezzo limone e un pizzico di cannella.*
SERVITE *le spugne dolci con la macedonia e, a piacere, aggiungete delle foglie aromatiche, come menta, maggiorana o timo limone.*

VINO *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe.*
- **Colli Piacentini Malvasia amabile**
- **Marino amabile**

Scuola di cucina

UN UTILIZZO DEL SIFONE

Con alcune semplici mosse, e un po' di pratica, questo strumento, poco usato in ambito domestico ma molto apprezzato da cuochi e pasticcieri, può trasformarsi in un mezzo creativo per dar vita a impalpabili spume e ariose spugne dolci e salate. Da non confondere con quello per la soda (con il beccuccio rivolto verso il basso), il sifone più versatile in cucina è quello per montare la panna. Ecco un modo divertente per utilizzarlo.

a **Preparate il composto come descritto nella ricetta sopra aggiungendo, però, le uova intere, senza montare gli albumi. Versatelo nel contenitore del sifone, poi rimettete il tappo.**
b **Inserite la cartuccia per panna montata nel porta cartucce.**
c–d **Avvitate il porta cartucce sul tappo, tenendo il sifone a testa in giù, finché non sentirete il rumore del gas che fuoriesce. Svitate il porta cartucce, eliminate la cartuccia vuota e caricatene un'altra nello stesso modo. Agitate il sifone tenendolo sempre a testa in giù, quindi premete la leva e riempite 6 cocotte con la spuma ottenuta. Procedete come descritto nella ricetta.**

A

B

C

D

2

dalla PUGLIA

TRADIZIONI REGIONALI

Questa ricetta dal nome curioso e dalle origini incerte conosce molte varianti locali: con tuorli anziché albumi, con canditi e scorza di limone nel ripieno, inzuppati nel liquore.

3

2 Dita di apostoli

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 DITA

200 g ricotta
100 g zucchero semolato
30 g cacao amaro in polvere più un po'
10 g rum bianco
4 albumi – burro – cannella in polvere – sale

MESCOLATE *la ricotta con lo zucchero semolato e il cacao, infine incorporate il rum, ottenendo un composto cremoso che userete come ripieno.*
BATTETE *leggermente gli albumi con un pizzico di sale: non dovranno montare ma solo diventare un po' schiumosi.*
SCIOGLIETE *una piccola noce di burro in una padellina (ø 10-12 cm) e, non appena sarà ben caldo, versatevi 2 cucchiaiate di albume, ricavando una frittatina sottile. Soffriggetela per 1', facendo attenzione che non colorisca, e voltatela per pochi secondi, poi toglietela dalla padellina, distribuitevi al centro 2 cucchiaiate di ripieno e arrotolatela con le mani umide chiudendola a mo' di cannolo.*
REALIZZATE *nello stesso modo altre 7-9 frittatine e farcitele via via che saranno cotte (dita di apostoli).*
SPOLVERIZZATE *le "dita" con il cacao amaro, la cannella e, a piacere, lo zucchero a velo, quindi servitele tiepide o fredde.*

VINO *aromatico dolce dal profumo di frutta esotica vendemmia tardiva.*
- **Alto Adige Pinot bianco VT**
- **Contea di Sclafani Bianco VT**

3 Melone e sorbetto al Lambrusco

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 10'
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g 1/2 melone
500 g vino Lambrusco
250 g zucchero – menta

VERSATE *in una casseruola il Lambrusco, lo zucchero e 550 g di acqua.*
PORTATE *a bollore, a fuoco molto basso, mescolando spesso per far sciogliere lo zucchero: otterrete uno sciroppo. Spegnete e lasciate raffreddare.*

TRASFERITE *lo sciroppo nella gelatiera e mantecatelo per circa 45′, finché non avrà assunto la consistenza del sorbetto.*
SBUCCIATE *il melone, tagliatelo a spicchi e servitelo con il sorbetto al Lambrusco e foglie fresche di menta.*
LA SIGNORA OLGA *dice che senza la gelatiera sarà più laborioso, ma non impossibile, preparare in casa un buon sorbetto. Per farlo dovete versare lo sciroppo freddo di Lambrusco in una ciotola di acciaio, riporla in freezer, ed estrarla ogni 20-30′ per frullare il sorbetto con le fruste elettriche e rompere i cristalli di ghiaccio che a mano a mano si formeranno. Ripetete questa operazione fino al momento del consumo rendendo il sorbetto via via sempre più cremoso.*

VINO *dolce dal profumo di fiori ed erbe.*
- **Lambrusco di Sorbara dolce**
- **Cesanese di Olevano Romano dolce**

4 Tartellette con fragoline di bosco e meringa soffice

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 20′ più 1 ora di riposo della pasta
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 TARTELLETTE
250 g farina 00 più un po′
250 g fragoline di bosco
200 g zucchero
150 g burro più un po′
50 g albume
2 tuorli – **1** baccello di vaniglia
1 lime – sale

LAVORATE, *a mano o nell'impastatrice, il burro con 100 g di zucchero finché non diventerà cremoso, poi incorporatevi i tuorli, uno alla volta, infine unite la farina, i semi raschiati dal baccello di vaniglia, un pizzico di sale e impastate ottenendo un panetto omogeneo (pasta frolla).*
PONETE *il panetto in una ciotola, sigillatela con la pellicola e tenetela in frigo per 1 ora.*
TENETE *da parte circa 100 g di fragoline per la guarnizione finale, trasferite le altre in una casseruola con 50 g di zucchero, la scorza grattugiata e il succo del lime e cuocete per 2-3′, mescolando spesso per ricavare una composta.*
STENDETE *la pasta frolla spessa 3-4 millimetri e realizzate 8 dischi (ø 14-15 cm).*
IMBURRATE *e infarinate 8 stampi per tartelletta (ø 12 cm), foderateli con i dischi di pasta frolla in modo che ricoprano sia il fondo sia i bordi, poi sistemate in ogni tartelletta un disco di carta da forno, di egual misura, e adagiatevi una manciata di legumi secchi per non far gonfiare la pasta in cottura: infornate a 180 °C per 10-12′.*
MONTATE *leggermente l'albume con le fruste elettriche e, non appena inizierà a diventare schiumoso, unitevi i restanti 50 g di zucchero e montatelo a neve. Trasferitelo nella tasca da pasticciere.*
SFORNATE *le tartellette, eliminate i legumi e la carta, quindi distribuitevi la composta di fragoline, ciuffi di albume montato e infornatele sotto il grill caldo per mezzo minuto in modo che la meringa si cuocia e si scurisca leggermente.*
LASCIATE *raffreddare e completate con le fragoline fresche tenute da parte.*

VINO *dolce con aromi di frutta matura e fiori.*
- **Alto Adige Moscato giallo**
- **Controguerra Moscato amabile**

4

5 Biancomangiare al cocco con carpaccio di mango

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti più 2 ore di rassodamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **600 g** 1 mango
- **150 g** latte
- **100 g** zucchero
- **100 g** panna fresca montata
- **30 g** farina di cocco
- **7 g** gelatina in fogl – **2** albumi

AMMORBIDITE *la gelatina in acqua fredda.*
PORTATE *a bollore il latte con la farina di cocco, poi spegnete e lasciate in infusione per una decina di minuti.*
SCIOGLIETE *in un'altra casseruola, a fuoco molto basso, 50 g di zucchero con un cucchiaio di acqua, ottenendo uno sciroppo: portatelo a bollore, quindi spegnete.*
MONTATE *leggermente gli albumi con le fruste elettriche, poi unitevi lo sciroppo di zucchero bollente, a filo, e proseguite finché non avranno assunto la consistenza cremosa tipica della meringa all'italiana.*
FRULLATE *il latte e la farina di cocco ottenendo una crema, filtratela con il colino fine, riportatela sul fuoco e scioglietevi la gelatina ben strizzata. Spegnete dopo 1' e lasciate intiepidire.*
TRASFERITE *in una ciotola gli albumi montati e mescolatevi con delicatezza la crema al cocco, la panna e il resto dello zucchero, ottenendo una mousse molto soffice e ariosa, chiamata biancomangiare.*
LASCIATELO *rassodare in frigorifero per almeno un paio di ore.*
MONDATE *il mango, affettatelo finemente e servitelo con il biancomangiare.*

VINO *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe.*

- Oltrepò Pavese Moscato
- Molise Moscato bianco

CANDIDO COME LA NEVE

Preparato già in epoca medievale, il biancomangiare deve il nome al colore dei suoi ingredienti, rigorosamente bianchi. La ricetta originale, tipica della Sicilia, nasce con il latte di mandorla anziché quello vaccino.

5

6 Torta caprese e gelato alle pesche

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 45′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
300 g zucchero semolato
200 g mandorle con la pelle
170 g cioccolato fondente tritato
100 g burro più un po′
5 pesche – **3** uova
zucchero a velo
farina – sale

MONDATE *le pesche e frullatene la polpa.*
SCIOGLIETE *in una casseruola 150 g di zucchero semolato con 250 g di acqua: al bollore mescolate lo sciroppo al frullato di pesche e lasciate raffreddare.*
SEPARATE *gli albumi dai tuorli.*
FRULLATE *le mandorle.*
INZIATE *a montare gli albumi, poi unitevi 75 g di zucchero semolato e proseguite finché non saranno ben sodi.*
LAVORATE *il burro con 75 g di zucchero semolato; quando avrà assunto la consistenza a pomata unitevi i tuorli, il cioccolato tritato, le mandorle, un pizzico di sale e amalgamate bene.*
INCORPORATE *gli albumi nel composto al cioccolato, mescolando con delicatezza per non smontarli e mantenerli gonfi e ariosi.*
IMBURRATE *e infarinate uno stampo rotondo (ø 20 cm), versatevi il composto e infornate a 170 °C per 40′. Verificate la cottura della torta infilandovi al centro uno stecchino di legno: se è umido ma pulito, è pronta.*
VERSATE *nella gelatiera il frullato di pesche e sciroppo e mantecatelo per circa 45′, finché non avrà assunto la consistenza del gelato.*
SFORNATE *la torta, lasciatela intiepidire, quindi spolverizzatela con lo zucchero a velo e servitela con il gelato alle pesche.*
LA SIGNORA OLGA *dice che potete congelare il gelato avanzato e aggiungerlo nei cocktail o nel Prosecco come rinfrescante aperitivo.*

VINO *dolce con aromi di frutta matura e fiori.*
- **Recioto di Soave**
- **Moscato di Noto**

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***14 aprile***

6

Vacanze romane

IL FAMOSO PANINO DOLCE DELLA CAPITALE, QUARESIMALE PER TRADIZIONE MA **TRIONFO** QUOTIDIANO DI PANETTERIE E PASTICCERIE, RIVISITATO IN CHIAVE ESTIVA CON LA FRESCHEZZA DELLA MENTA E L'ESOTISMO DEL COCCO

RICETTA SERGIO BARZETTI
ABBINAMENTO VINO/RICETTA GIANLUCA LADU
TESTI SARA TIENI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Nel bicchiere

"Lulì" Mauro Vergano
Una rarità con i profumi di una volta. A metà strada tra il vinificatore e l'erborista, Mauro Vergano è il maestro dei vini aromatizzati, un alchimista che si esalta nella ricerca dei vini di base, delle piante aromatiche, delle spezie. Il "Lulì" è un vino chinato a base Moscato

Maritozzo alla menta con gelato al cocco e cioccolato

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30′ più 1 ora e 30′ di lievitazione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
600 g farina di farro bianco più un po′
500 g latte più un po′
300 g panna fresca
200 g latte di cocco
150 g zucchero semolato
150 g cioccolato fondente
80 g burro
15 g lievito di birra fresco – **8** tuorli – **2** uova
sale – malto d'orzo – menta fresca

1 SCALDATE *200 g di latte, poi versatelo in una ciotola, unite il burro e fatelo sciogliere; aggiungete 10 g di malto (simile a un miele scuro, favorisce la lievitazione), il lievito sbriciolato e le 2 uova, leggermente sbattute.*
2 VERSATE *questo composto sulla farina e impastate tutto nella ciotola unendo anche 10 g di sale.*
3 TRASFERITE *l'impasto sul piano di lavoro infarinato e lavoratelo finché non sarà omogeneo ed elastico.*
4 RACCOGLIETE *l'impasto a palla, ponetelo in una ciotola, copritelo con un telo e fatelo lievitare per 1 ora.*
5 MODELLATELO *poi in un filoncino e dividetelo in porzioni da circa 70 g ciascuna.*
6 SCHIACCIATE *le porzioncine di pasta e al centro distribuite un po′ di menta tritata; richiudetevi attorno la pasta. Rotolate sotto il palmo della mano le palline, rendendole regolari e lisce.*
7 DISTRIBUITELE *su una teglia coperta di carta da forno, spennellatele con un po′ di latte e lasciatele riposare per 30′ in ambiente caldo. Infornatele poi a 200 °C per 25′ circa.*
8-9 MESCOLATE *i tuorli con lo zucchero e un pizzico di sale. Scaldate 300 g di latte con il latte di cocco fino a 82 °C, poi versate sui tuorli, trasferite nella casseruola e fate addensare la crema a fuoco basso in 15′ circa: la schiuma dovrà svanire e la crema dovrà cominciare ad addensarsi lungo il bordo e a fumare. Fatela quindi raffreddare a temperatura ambiente.*
10 VERSATE *la crema raffreddata nella gelatiera. Fondete a bagnomaria il cioccolato e, quando il gelato sarà pronto, colatelo a filo nella gelatiera; lasciatela in azione ancora per 5′. Aprite a metà i maritozzi e farciteli con il gelato al cocco e cioccolato e la panna, montata.*

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

d'Asti, in cui le note fruttate e dolci del moscato sono bilanciate da scorze di agrumi, coriandolo, cannella e dall'amaro della china. Persistente e rinfrescante, è un aperitivo piacevolmente rétro e un abbinamento che contrasta la dolcezza di semifreddi, gelati e creme. Si serve fresco. *24 euro.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***22 aprile***

LO STILE IN TAVOLA
Piatti Broste Copenhagen, colore usato per il fondo Farrow&Ball; ciotole di vetro Bormioli Rocco, spatola e frusta Zeal, pennello Fiskars, casseruola Moneta Pantone Universe.

Le solanacee

PATATE, PEPERONI, POMODORI, MELANZANE. QUATTRO ORTAGGI GUSTOSI E SALUTARI, CHE DANNO IL **BUON ESEMPIO** IN UNA FAMIGLIA CHE NON GODE DI GRANDE REPUTAZIONE…

TESTI GIORGIO DONEGANI, NUTRIZIONISTA, PRESIDENTE
DELLA FONDAZIONE ITALIANA PER L'EDUCAZIONE ALIMENTARE

A CURA DI LAURA FORTI **RICETTA** SERGIO BARZETTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI **RICETTA** BEATRICE PRADA

In effetti tra le oltre duemila specie vegetali che costituiscono la famiglia delle solanacee ce ne sono centinaia dalle quali è meglio tenersi lontani, e lo stesso nome di "solanacee" rimanda alla presenza di una sostanza tutt'altro che salutare: la solanina, un composto amaro e tossico che, in quantità eccessive, può provocare disturbi anche gravi. Ma tra tante "pecore nere" i nostri antenati sono riusciti a individuare quattro eccezioni che, quasi a voler riscattare il resto della parentela, sono tra gli ortaggi migliori e più salutari che la natura ci regala. Patate, pomodori, peperoni e melanzane non solo contengono quantità praticamente irrilevanti di solanina, ma possiedono, ciascuno, particolari proprietà **benefiche e protettive**. *Per sfruttarle al meglio, occorre solo un po' di attenzione nella scelta e nel modo di prepararli.*

QUATTRO ORTAGGI, TANTE DOTI

1 LA MELANZANA
Ha 74 calorie per 100 g; la polpa contiene la solasonina e la nasunina, stimolanti dell'apparato digerente e del fegato. La buccia, poi, è ricca di **antociani** che proteggono l'elasticità dei vasi sanguigni e di una sostanza di recente scoperta chiamata scoparone, ad azione rilassante.

2 LA PATATA
Diversa dagli altri ortaggi per il suo elevato **contenuto di amido** (ben il 15-18%), ha 350 calorie per 100 g ed è ideale anche come ingrediente di piatti unici: gnocchi al ragù, tortini di patate e formaggio, sformati di patate e prosciutto... In più è ricchissima di minerali: potassio, calcio, magnesio, zolfo e in alcune varietà anche selenio.

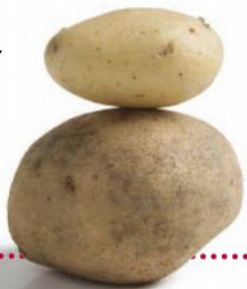
3 IL POMODORO
Solo 19 calorie per 100 g e si fa il pieno di vitamine A e C e di **potassio** (ne contiene quasi come la banana). Senza dimenticare gli acidi cumarico e clorogenico, dal potere antitumorale, e il licopene, il pigmento rosso antiossidante acerrimo nemico dei radicali liberi.

4 IL PEPERONE
Dà pochissime calorie (22 per 100 g) ed è una miniera di **vitamina C**: il triplo dell'arancia e quasi il doppio del kiwi. Grazie alla capsaicina, la sostanza che dà il piccantino, stimola le secrezioni gastriche, facilitando la digestione.

Scegliere le melanzane

Nell'ortaggio ben fresco il picciolo è ancora attaccato, verde e senza parti secche, mentre la buccia appare priva di ammaccature o parti nere e ammuffite. **La superficie deve essere liscia** *e tesa, mentre la polpa deve risultare soda al tatto. In genere, conviene scegliere le melanzane rotonde per cuocerle a fette, mentre quelle di forma più allungata sono ideali per dadolate o da fare ripiene.*

Il meglio delle patate

Di qualunque varietà sia, la patata "perfetta" è soda, turgida, con la buccia ben tesa e di colore uniforme. Sono da evitare quelle che si presentano un po' molli e con la buccia rugosa, e anche quelle che presentano "occhi" o macchie nerastre. **Non ci devono essere germogli** *né parti verdognole: indicano che la patata è vecchia, meno gustosa e nutriente e più ricca di solanina (che si raccoglie nelle parti di colore verde).*

Il massimo dai pomodori

Conviene evitare il consumo frequente dei pomodori verdi: a parte il maggior contenuto di solanina, sono ricchi di acido ossalico che interferisce con l'assorbimento del calcio. Per godere di tutti i loro benefici, i frutti **devono essere ben maturi**. *Per accertarsene basta controllare che siano di un bel colore rosso e strofinare con le dita la parte intorno al picciolo, se si sprigiona l'aroma tipico del pomodoro, allora è al punto giusto.*

Il colore dei peperoni

Rossi, verdi, arancioni o gialli? Meglio non esagerare con quelli verdi e **alternare i rossi ai gialli** *che contengono anche due sostanze utili, la luteina e la zeaxantina, che proteggono la salute della retina. Al di là del colore, i frutti devono essere interi, sani, con la buccia liscia e lucente, senza tagli o bruciacchiature causate dal sole. La polpa deve essere soda e croccante, mentre il calice e il peduncolo devono essere ben attaccati al frutto.*

5 PREGIUDIZI DA SFATARE

1 LE PATATE LESSATE, contrariamente a quanto si crede, si possono conservare in frigorifero. Quel colore grigio che tendono a prendere è semplicemente dovuto all'**azione dell'aria**, ma non comporta né variazioni di sapore né, tantomeno, formazione di sostanze tossiche.

2 IL POTERE ANTIOSSIDANTE dei pomodori, legato alla loro ricchezza di **licopene**, non diminuisce cuocendoli. Al contrario: il calore rende il licopene ancora più facilmente assimilabile dal nostro organismo.

3 I PEPERONI NON SONO INDIGESTI per loro natura. La parte che per alcuni può risultare di difficile digestione è **la buccia**: basta eliminarla e il gioco è fatto.

4 LE PATATE non si devono sbucciare per forza. Nella buccia è infatti presente una sostanza chiamata **cajapo**, utile nella cura del diabete di tipo II. Se la si vuole mangiare, meglio preferire patate di coltivazione biologica.

5 LE MELANZANE si possono dare anche ai bambini, lasciandole spurgare per attenuare il loro sapore intenso. Proprio i composti responsabili del tipico amaro-piccantino favoriscono la secrezione della bile aiutando la **depurazione del fegato**.

UNA RICETTA VIRTUOSA

Abbinando sapientemente i prodotti dell'orto, si possono realizzare ottimi piatti unici, senza l'ausilio di riso o pasta. Peperoni e pomodori forniscono fibre, fattori vitaminici, sali e antiossidanti, le patate apportano la necessaria quota di amido. La scamorza garantisce il giusto contenuto di proteine pregiate. Il tutto con meno di 300 Kcal.

Peperoni ripieni di patate e scamorza

260
CALORIE
a porzione

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
750 g 3 peperoni gialli
500 g patate novelle
250 g scamorza bianca
1 pomodoro ramato – alloro
basilico – pangrattato
olio extravergine di oliva – sale

Tagliate le patate a cubetti, senza sbucciarle, saltatele con un filo di olio e una foglia di alloro, salatele e fatele stufare col coperchio per 10'.
Tagliate i peperoni a metà, eliminate le calotte, ottenendo 6 anelli. Appoggiateli su una placca coperta con carta da forno.
Tagliate il pomodoro a cubetti e mescolateli con le patate. Frullate la scamorza con 10 foglie di basilico. Tagliate a pezzetti gli avanzi dei peperoni e metteteli negli anelli di peperone, con un po' di pangrattato. Unite i pomodori e le patate, quindi il formaggio frullato.
Infornate a 200 °C per circa 18-20'. Guarnite con foglie di basilico.

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***29 aprile***

Amsterdam, fiore del Nord

TRA CANALI, TULIPANI E MUSEI SI RESPIRA IL PIACERE DI UNA CITTÀ OPEROSA, POETICA E TRANQUILLA. ELETTRIZZATA DA UNA TRA LE MIGLIORI **CUCINE ESOTICHE** D'EUROPA

TESTO VALENTINA VERCELLI

SVAGO E RELAX
Il 't Molentje, in Singel 278, è un bruin café, cioè un pub olandese, in attività dal 1892, indirizzo ideale per una birra o un bicchierino di jenever, il tipico liquore di ginepro. SOTTO, DA SINISTRA: un venditore di formaggi con una forma di Gouda, con l'Edam tra i caci locali più conosciuti. Le praline di Puccini Bomboni, piccoli capolavori di cioccolato creati in decine di varianti (puccinibomboni.com). IN APERTURA: uno dei canali del centro città.

I BRUIN CAFÉ, CIOÈ CAFFÈ BRUNI, SI CHIAMANO COSÌ PER GLI INTERNI ANNERITI DAL TEMPO E DAL FUMO

BIRRA, ARINGHE E SPEZIE. Gli olandesi sono stati grandi navigatori e mercanti eccellenti, tanto da fondare la potente Compagnia delle Indie, che governava gli scambi tra la madrepatria e le colonie. Ecco perché la storia di Amsterdam si può raccontare attraverso il cibo. Grazie al commercio di prodotti esotici e rari la città si è arricchita, passando dal villaggio, fondato sulle sponde del fiume Amstel nel Duecento, a capitale dei Paesi Bassi. **Piazza Dam** è il luogo dove tutto ha avuto inizio; caotica e affollata, è la sede dell'imponente **Koninklijk Paleis**, il palazzo reale in stile neoclassico dove risiedono i sovrani in occasione delle visite in città. Un giro nelle sale sfarzose è il modo migliore per rendersi conto di quanto sia stata fortunata la parabola di Amsterdam e del Paese, soprattutto in quel periodo tra Cinquecento e Seicento, chiamato Secolo d'Oro. Altri esempi che testimoniano la grandeur del passato si trovano al **Rijksmuseum**, il più importante museo d'arte d'Olanda, con una ricca collezione di opere che spaziano dal Medioevo a oggi. Fa da contraltare il **Nemo**, dedicato a scienza e tecnologia, ospitato in un edificio progettato dall'architetto Renzo Piano, che evoca la prua di una nave. La città, d'altra parte, è ricchissima di musei di ogni tipo, da quello di **Van Gogh** alla casa di **Rembrandt**, dal **Tropenmuseum**, con una delle collezioni →

Fotografie di Ag. Shutterstock, Matteo Carassale, Miquel Gonzalez-Laif-Contrasto

Vademecum

DOVE MANGIARE

- **HAESJE CLAES**
  Cucina olandese in un ambiente tradizionale. Un po' turistico, ma di grande fascino.
  www.haesjeclaes.nl
- **BALTHAZAR'S KEUKEN**
  Pochi tavoli in un locale pieno di atmosfera; la scelta di piatti è ristretta, gli ingredienti sono di prima qualità. *www.balthazarskeuken.nl*
- **SAMA SEBO**
  Uno dei migliori ristoranti indonesiani. Ottimo il *rijsttafel*, consigliata la prenotazione, soprattutto durante il fine settimana.
  www.samasebo.nl
- **THE PANCAKE BAKERY**
  Affacciato sul canale Prinsengracht, è il posto giusto per assaggiare i *pannekoek* dolci e salati (vedi ricetta a fianco). *www.pancake.nl*
- **D'VIJFF VLIEGHEN**
  Pareti in legno impreziosite da quadri antichi e ceramiche di Delft fanno da quinta alla cucina olandese rivisitata di questo elegante ristorante, che vanta un'importante selezione di distillati e liquori.
  vijffvlieghen.nl
- **BROUWERIJ 'T IJ**
  Fuori dalle rotte turistiche, è un piccolo birrificio artigianale che vale il viaggio.
  www.brouwerijhetij.nl

DOVE SOGGIORNARE

- **MERCURE HOTEL AMSTERDAM CITY**
  Quattro stelle della catena Accor, affacciato sull'Amstel; ha camere eleganti, ottimo ristorante e centro fitness. *www.mercure.com*
- **BLUE WAVE HOUSEBOAT**
  Caratteristico B&B ambientato in una houseboat ormeggiata in un canale del centro città.
  www.bluewavehouseboat.com
- **AMBASSADE HOTEL**
  Grande charme e servizio impeccabile in questo quattro stelle ospitato in dieci palazzi secenteschi affacciati su un canale del centro. *www.ambassade-hotel.nl*

SUL TETTO DEL MUSEO C'È UNA SPIAGGIA CON SABBIA DI RIPORTO E UN BAR CON MUSICA DAL VIVO

NUOVO E ANTICO
SOPRA: il ristorante del Mercure Hotel Amsterdam City della catena Accor e le forme avveniristiche del Nemo. NELLA PAGINA A FIANCO, DALL'ALTO IN SENSO ORARIO: i tulipani, simbolo della città, si ammirano nei parchi e si acquistano al Bloemenmarkt, il mercato dei fiori affacciato sul canale Singel. Un gruppo di case nel quartiere Jordaan. Il tipico panino con l'aringa e una houseboat.

Fotografie di Arch. I Amsterdam Mediabank, Matteo Carassale, Jean-Claude Amiel/Hemis, Neil Farrin/AWL-Images, Arch. Accor Hotels, Maurizio Rellini/SIME

→ etnografiche più interessanti del mondo, alla casa di **Anna Frank**, che qui si nascose durante la persecuzione nazista scrivendo il celebre *Diario*. Nei mesi più caldi dell'anno però Amsterdam va scoperta soprattutto passeggiando lungo i **canali**, curiosando tra le bancarelle dei mercatini di antiquariato o del celebre mercato dei fiori ed esplorandone i quartieri più caratteristici, come il **Jordaan** che ha saputo conservare un'atmosfera bohémienne anche grazie a locali piacevolissimi; Balthazar's Keuken, ritrovo di creativi e designer, è uno di questi. Per le ricette olandesi tradizionali c'è Haesje Claes, ambientato in un antico orfanotrofio con le cameriere vestite da orfanelle, dove si assaggiano specialità a base di cacciagione, aringhe, frutti di mare e zuppe da accompagnare a un eccellente boccale del birrificio artigianale Brouwerij 't IJ. Per una pausa pranzo alla maniera degli *amsterdammer*, i locali, ci sono i chioschi sparsi nel centro, dove si trovano i famosi panini con le aringhe o al formaggio e senape; i *vlammetjes*, involtini fritti ripieni di carne o verdura e le *bitterballen*, polpette da gustare insieme a un cartoccio di patate fritte. Ma sarebbe un peccato non assaggiare la **cucina indonesiana** di uno dei ristoranti che ricordano il passato coloniale della città: qui il piatto da ordinare è il *rijsttafel*, riso accompagnato da assaggi di carne, pesce, verdure e salse, gustose e, naturalmente, speziatissime.

LA RICETTA TIPICA

Dolci o salati, sono una via di mezzo tra una crêpe e un pancake. Con le mele sono un CLASSICO, ideale per le merende di metà pomeriggio, ma nei ristoranti di Amsterdam si trovano anche versioni all'insegna della creatività.

Pannekoek

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g latte
140 g farina 00
40 g zucchero
6 g lievito di birra fresco
1 uovo – **1** grossa mela Golden
limone – cannella – burro sale

SCIOGLIETE *il lievito nel latte tiepido, poi unitelo alla farina con un pizzico di sale, 20 g di zucchero e l'uovo.*
MESCOLATE *il composto con una frusta e fatelo riposare per 30′ a temperatura ambiente coperto con una pellicola.*
SBUCCIATE *la mela e tagliatela a spicchi spessi 5 mm, quindi bagnatela con il succo di mezzo limone.*
SCIOGLIETE *una noce di burro con 20 g di zucchero in una padella antiaderente (ø 25 cm); quando schiuma unite gli spicchi spolverizzati di cannella, disponendoli a raggiera e cuocendoli a fiamma vivace per 1′.*
VERSATE *l'impasto sugli spicchi e cuocete per 5′, quindi per 1′ con un coperchio.*
VOLTATE *il pannekoek aiutandovi con un piatto e fatelo dorare anche sull'altro lato.*
SERVITELO *accompagnandolo a piacere con gelato alla vaniglia.*

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il **4 maggio***

PREPARAZIONE JOËLLE NÉDERLANTS
TESTO VALENTINA VERCELLI
FOTOGRAFIA RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Altezza, gradisca

ERANO GLI ANNI TRENTA E LA MONARCHIA ERA ANCORA CIRCONDATA DA UN **ALONE DI FAVOLA**. AL NEOSPOSO UMBERTO II DI SAVOIA "LA CUCINA ITALIANA" DEDICÒ UNA TORTA RICCA DI "ITALICHE BONTÀ"

A CURA DI LAURA FORTI E SAMANTA CORNAVIERA **PREPARAZIONE** JOËLLE NÉDERLANTS
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

Un concentrato di bontà nazionali, un fermo immagine in forma di ricetta, un gustoso pensiero di nozze. Voleva simboleggiare tutto questo la ricetta dedicata al figlio del re Vittorio Emanuele III, Umberto II di Savoia, Principe di Piemonte, erede al trono e fresco sposo. Creme sopraffine fra strati di pasta frolla e altre squisitezze rappresentavano al meglio il Belpaese in quel 1930: dal popolare Cordial Campari allo Strega, il liquore giallo prodotto in Campania, fino alle mandorle della Sicilia o della Puglia e, a completare l'opera, i biscotti savoiardi, forse creati nel Medioevo per un fastoso pranzo in onore dei Reali di Francia in Casa Savoia e poi adottati ufficialmente. Ma non basta, perché la ricetta originale prevede anche "nel mezzo, un *tableau* figurante lo scudo della città di Torino con traversale di due nastrini dai colori italiani e belga". Il nastrino belga e la rosa erano un evidente omaggio a Maria José, principessa del Belgio, sposa del futuro Re di maggio, e il *tableau* con l'emblema di Torino alla città che li ospitava. Una bella favola, la loro, che nella realtà non fu così romantica, per diversità di carattere e di educazione: chiuso e di stampo militare lui, liberale e moderna lei. Ciononostante, quattro anni dopo, nacque la prima dei loro quattro figli, Maria Pia, alla quale *La Cucina Italiana* dedicò persino la copertina del numero di ottobre 1934, a riprova del grande affetto che legava la rivista alle gesta della famiglia reale. Mancavano dodici anni alla proclamazione della Repubblica e alla fine della favola monarchica.

(*S. Cornaviera – www.massaiemoderne.it*)

Ricette a confronto

Dolce Principe di Piemonte

2016

IMPEGNO Medio **TEMPO** 1 ora più 30' di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g latte – **300 g** farina più un po' **180 g** zucchero semolato – **150 g** burro – **50 g** mandorle pralinate più un po' **40 g** amido di mais – **6** tuorli – **1** albume vaniglia zucchero a velo – biscotti savoiardi acquavite di lamponi liquore Strega – Cognac – sale

IMPASTATE *la farina con il burro ammorbidito e un pizzico di sale, in un insieme di briciole. Unite 2 tuorli, un cucchiaio di albume, 80 g di zucchero semolato e impastate. Fate riposare il panetto di frolla ottenuto, avvolto nella pellicola, per 30' in frigorifero. Stendetela poi a 3 mm di spessore e ritagliatevi 12 dischi (ø 9 cm). Appoggiateli su una placca coperta con carta da forno e infornateli a 180 °C per 15' circa. Fateli raffreddare.*
SCALDATE *il latte con un baccello di vaniglia aperto per il lungo. Sbattete 4 tuorli con 100 g di zucchero semolato, l'amido di mais e mezzo cucchiaio di farina. Versate il latte filtrato sulle uova e riportate il composto sul fuoco: cuoceteper 2-3' ottenendo una crema. Fatela raffreddare.*
UNITE *a un terzo della crema un cucchiaino di acquavite di lamponi e alla crema restante le mandorle pralinate frullate.*
MESCOLATE *un cucchiaio di Strega, uno di Cognac e uno di acqua ottenendo una bagna. Tagliate 2 savoiardi a pezzetti e immergeteli brevemente nella bagna.*
SPALMATE *su 4 biscotti la crema all'acquavite, sovrapponetevi altri 4 biscotti e spalmateli con la crema al pralinato. Affondatevi i savoiardi, coprite con altra crema al pralinato e terminate con gli ultimi biscotti.*
SPOLVERIZZATE *con mandorle pralinate e zucchero a velo e servite.*

1930

RICETTA ORIGINALE

Fate cuocere tre dischi di pasta frolla di grandezza media, servendovi della comune pasta frolla. Cotti e raffreddati, spalmare sul primo disco crema di pasticceria profumata con un bicchierino di Cordial Campari. Disporre il secondo disco e spalmare di crema misto a polvere di mandorle pralinate: mettere poscia dei biscotti imbibiti di Strega misto a Cognac. Spalmare con crema e mettere il terzo disco. Mettere nel contorno una striscia di carta pergamenata e allacciare poi con un nastro azzurro terminante a fiocco.
Sopra spolverare con zucchero velo. Su un fianco disporre un'autentica rosa thea.
Nel mezzo un tableau figurante lo scudo della città di Torino con traversale di due nastrini dai colori italiani e belga.
N.B. Il "tableau" può essere fornito da appositi laboratori esistenti qui a Milano per tali lavori.

LA CUCINA ITALIANA
GIORNALE DI GASTRONOMIA PER LE FAMIGLIE E PER I BUONGUSTAI
Fagioli alla toscana
I nostri Concorsi
Per il Dolce Italiano e per un pranzo di cerimonia
I premi per il concorso del pranzo di cerimonia
Paola Rossi risponde
La rubrica su Massaie moderne

Foto Olycom

In alto, la copertina di luglio 1930. A sinistra, Umberto II di Savoia.

Che cosa è cambiato

Abbiamo scelto di preparare una versione "monodose" di questo dolce, per facilitarne il servizio e rendere più moderna la presentazione. In sostituzione del Cordial Campari, doppio distillato di lamponi, oggi fuori produzione, abbiamo utilizzato un'acquavite di lamponi, che lo ricorda nel sapore.

*La nuova ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina l'**8 aprile***

LO STILE IN TAVOLA
Piatti H&H-Pengo, nastro Brizzolari, tovaglia MarinaC, tovagliolo Fazzini.

80 RICETTE PROVATE PER VOI

L'indice dello chef

A COLPO D'OCCHIO POTETE INDIVIDUARE IL PIATTO CHE VI PIACE, VALUTARE **L'IMPEGNO E IL TEMPO** DI PREPARAZIONE: COSÌ LA SCELTA TRA TUTTE LE NOSTRE PROPOSTE SARÀ FACILE E IMMEDIATA

Antipasti

Primi piatti & Piatti unici

Secondi di pesce

Secondi di carne, uova e formaggio

Verdure

Dolci & Bevande

Legenda

★ Facile
★★ Medio
★★★ Per esperti

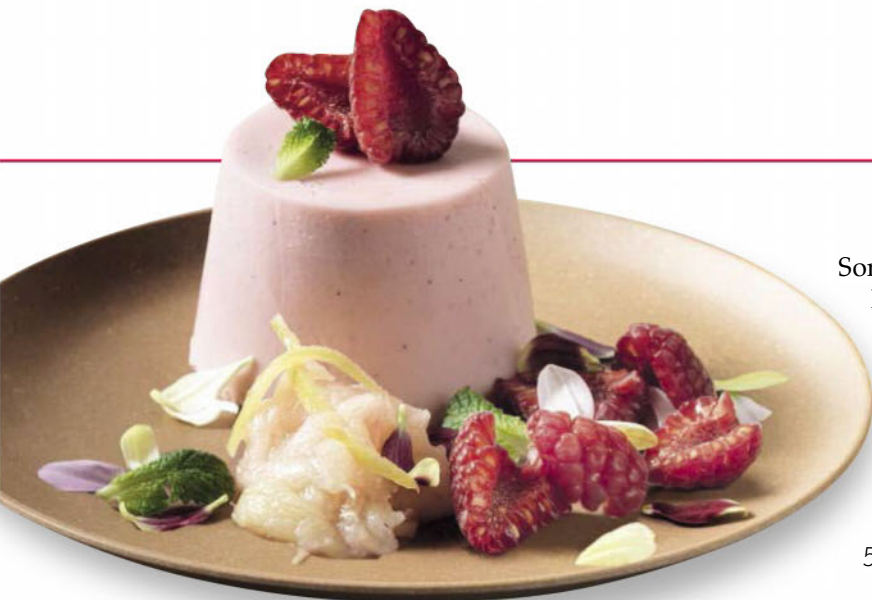
Senza glutine

Vegetariana

● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)

Ricette della tradizione regionale rivisitate da noi

La nostra Scuola

PASTE CON IL PESCE, RICETTE **NEL WOK** E DOLCI PER STUPIRE.
IN PIÙ RINFRESCANTI SUCCHI DI FRUTTA E VERDURA E OLI PROFUMATI

5-18-28
LUGLIO

DESSERT AL PIATTO

Sono il massimo della sfida per i pasticcieri, sia per la creatività sia per la sapienza nell'abbinamento dei gusti: moltissime le combinazioni di dolcezze che si possono preparare al piatto (cioè in porzione singola). Noi vi proponiamo quattro idee con quattro tipologie diverse di preparazioni: una **panna cotta**, un **parfait**, un **tiramisù** e un **soufflé**. Tutti con aromatizzazioni e accostamenti particolari.

5 e 18 luglio, 15.00-18.00, 28 luglio, 19.00-22.00
scuola.lacucinaitaliana.it

5
LUGLIO

UN MONDO DI CENTRIFUGATI

Un evento dimostrativo per imparare a creare colorati e saporiti centrifugati e succhi per ogni momento della giornata: ricette gustose, energizzanti, digestive, naturali e ricche di minerali. Tutte a base di frutta e verdura di stagione, con tecnologia di avanguardia.

19.00-20.30

KENWOOD

12
LUGLIO

PRIMI PIATTI DI PESCE
classici di mare

Quattro grandi preparazioni con quattro tipi di pesce diverso, per stupire gli amici durante l'estate con ricette eseguite alla perfezione: spaghetti alle vongole, tagliolini all'astice, fusilli burrata e alici, ravioli di baccalà.

15.00-18.00

6-13-27
LUGLIO

CUCINARE CON IL WOK

Un corso che insegna a utilizzare questo antico utensile, tipico della cucina orientale, la cui forma particolare è rimasta immutata nei secoli: spaghettini, tandoori, tempura, maiale alla soia.

6 luglio, 9.30-12.30,
13 luglio, 19.00-22.00,
27 luglio, 15.00-18.00

14
LUGLIO

PREPARARE GLI OLI AROMATIZZATI

ZUCCHI 1810

In collaborazione con il nostro sponsor, un corso dedicato a chi ama profumare i piatti con oli aromatizzati: ecco come si preparano e come si abbinano.

15.00-18.00

Info e contatti

LA CUCINA ITALIANA LA SCUOLA
La Scuola de La Cucina Italiana è in p.le Cadorna 5, ingresso via San Nicolao 7, 20123 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 0249748004

scuola.lacucinaitaliana.it Seguici su:

Fotografie di Arch. LCI, 123rf

LA CUCINA ITALIANA

In the USA: Condé Nast
Chairman Emeritus: S.I. Newhouse, Jr.
Chairman: Charles H. Townsend
President & Chief Executive Officer: Robert A. Sauerberg, Jr.
Artistic Director: Anna Wintour

In other countries: Condé Nast International
Chairman and Chief Executive: Jonathan Newhouse
President: Nicholas Coleridge
Vice Presidents: Giampaolo Grandi, James Woolhouse, Moritz von Laffert, Elizabeth Schimel
Chief Digital Officer: Wolfgang Blau
President, Asia-Pacific: James Woolhouse
President, New Markets and Editorial Director, Brand Development: Karina Dobrotvorskaya
Director of Planning: Jason Miles
Director of Acquisitions and Investments: Moritz von Laffert

Global
President, Condé Nast E-commerce: Franck Zayan
Executive Director, Condé Nast Global Development: Jamie Bill

The Condé Nast Group of Brands includes:

US
Vogue, Vanity Fair, Glamour, Brides, Self, GQ, GQ Style, The New Yorker, Condé Nast Traveler, Allure, Architectural Digest, Bon Appétit, Epicurious, Wired, W, Golf Digest, Teen Vogue, Ars Technica, Condé Nast Entertainment, The Scene, Pitchfork

UK
Vogue, House & Garden, Brides, Tatler, The World of Interiors, GQ, Vanity Fair, Condé Nast Traveller, Glamour, Condé Nast Johansens, GQ Style, Love, Wired, Condé Nast College of Fashion & Design, Ars Technica

France
Vogue, Vogue Hommes International, AD, Glamour, Vogue Collections, GQ, AD Collector, Vanity Fair, Vogue Travel in France, GQ Le Manuel du Style, Glamour Style

Italy
Vogue, L'Uomo Vogue, Vogue Bambini, Glamour, Vogue Sposa, AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vanity Fair, Wired, Vogue Accessory, La Cucina Italiana, CNLive!

Germany
Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Myself, Wired

Spain
Vogue, GQ, Vogue Novias, Vogue Niños, Condé Nast Traveler, Vogue Colecciones, Vogue Belleza, Glamour, AD, Vanity Fair

Japan
Vogue, GQ, Vogue Girl, Wired, Vogue Wedding

Taiwan
Vogue, GQ

Mexico and Latin America
Vogue Mexico and Latin America, Glamour Mexico and Latin America, AD Mexico, GQ Mexico and Latin America, Vanity Fair Mexico

India
Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, AD

Published under Joint Venture:

Brazil: Vogue, Casa Vogue, GQ, Glamour, GQ Style

Russia: Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Tatler, Condé Nast Traveller, Allure

Published under License or Copyright Cooperation:
Australia: Vogue, Vogue Living, GQ
Bulgaria: Glamour
China: Vogue, Vogue Collections, Self, AD, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Brides, Condé Nast Center of Fashion & Design
Czech Republic and Slovakia: La Cucina Italiana
Hungary: Glamour
Iceland: Glamour
Korea: Vogue, GQ, Allure, W, GQ Style
Middle East: Condé Nast Traveller, AD, Vogue Café at The Dubai Mall, GQ Bar Dubai
Poland: Glamour
Portugal: Vogue, GQ
Romania: Glamour
Russia: Vogue Café Moscow, Tatler Club Moscow
South Africa: House & Garden, GQ, Glamour, House & Garden Gourmet, GQ Style
The Netherlands: Glamour, Vogue
Thailand: Vogue, GQ, Vogue Lounge Bangkok
Turkey: Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, La Cucina Italiana, GQ Style, Glamour
Ukraine: Vogue, Vogue Café Kiev

La Cucina Italiana - Direttore Responsabile: Maria Vittoria Dalla Cia.

Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Cucina Italiana S.r.l. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 23255.

Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/03 Art. 1, Cm. 1, DCB - MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito Lombarda, Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure invia una e-mail a: arretraticondenast@ieoinf.it

FIEG Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8038 del 06-04-2016

I nostri partner

RINGRAZIAMO LE AZIENDE CHE *HANNO COLLABORATO* ALLA REALIZZAZIONE DEI NOSTRI SERVIZI. PER MAGGIORI INFORMAZIONI SUI PRODOTTI UTILIZZATI NELLE FOTOGRAFIE: **WWW.LACUCINAITALIANA.IT**

Alce Nero www.alcenero.com
Alessi www.alessi.com/it
Antico Frantoio Muraglia www.frantoiomuraglia.it
ArsalitArtes www.arsalitartes.it
ASA Selection www.asa-selection.com
Bonduelle www.bonduelle.it
Bormioli Rocco shop.bormiolirocco.com
Brizzolari www.nastribrizzolari.com
Broste Copenhagen www.brostecopenhagen.com
Caffarel www.caffarel.com
Ceramiche Nicola Fasano www.fasanocnf.it
CkOne Summer www.coty.com
Cuki www.cuki.it
Develey www.develey.it
Emile Henry distr. da Maino www.mainocarlo.it
Esmeyer in vendita su Amazon www.amazon.it
Exquisa www.exquisa.it
Farrow&Ball www.farrow-ball.com
Fazzini www.fazzinihome.com
Fiorirà un giardino www.fioriraungiardino.com
Fiskars www.fiskars.it
H&H-Pengo www.pengospa.it
Hurom www.huromitalia.it
Ikea www.ikea.com/it
IVV www.ivvnet.it
Kenwood www.kenwoodworld.com
Lavazza A Modo Mio www.lavazza.it
Le Creuset www.lecreuset.it
Lékué distr. da Schönhuber www.schoenhuber.com
LinenMe in vendita su Amazon www.amazon.it
Lobmeyr www.lobmeyr.at
LSA International www.lsa-international.com
Lurisia lurisia.it
Made a Mano www.madeamano.it
MarinaC www.marinac.it
Mauviel 1830 www.mauviel.it
Microplane home.microplaneintl.com
Moneta www.moneta.it
Opificio dei Sogni www.opificiodeisogni.it
Pavoni Italia www.pavonitalia.com
Philips www.philips.it
Riedel www.riedel.com/it
Risolì www.risoli.com
Rosenthal www.rosenthal.it
Royal Doulton www.royaldoulton.co.uk
Sieni in vendita su Amazon www.amazon.it
Smeg www.smeg.it
Stamperia Bertozzi www.stamperiabertozzi.it
Staub www.staub.fr
Tagina Ceramiche d'Arte www.tagina.com
Tescoma www.tescomaonline.com
Tupperware www.tupperware.it
Victorinox www.victorinox.com/global/it/
Villeroy & Boch www.villeroy-boch.it
Virginia Casa www.virginiacasa.it
WMF www.wmf.com
Zeal distr. da Künzi www.kunzi.it

Errata corrige. Nel servizio "Passione giallo-rossa" dedicato a Così Com'è, marchio di Finagricola, e pubblicato sul numero di giugno, il nome del pizzaiolo è Franco Pepe, e non Antonio, come erroneamente segnalato; inoltre l'azienda non è biologica, adotta invece il disciplinare di produzione integrata. Ci scusiamo con gli interessati e con i lettori.

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n. 199.133.199***; oppure inviare un **fax al n. 199.144.199**. Indirizzo e-mail: **abbonati@condenast.it**.
** il costo della chiamata per i telefoni fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + IVA e senza scatto alla risposta. Per le chiamate da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato.*

Subscription rates abroad Subscription orders and payments from Foreign countries must be addressed to our worldwide subscription Distributor: **Press-di S.r.l. c/o CMP Brescia, via Dalmazia 13 - 25197 Brescia (Italy)**. Subscribers can pay through Credit Card (American Express, Visa, Mastercard) or by cheque payable to Press-di S.r.l. Orders without payment will be refused. For further information, please contact our Subscription Service: phone +39 02 92961010 - fax +39.02.86882869. Prices are in Euro and are referred to 1- year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
L'UOMO VOGUE	10	€ 71,00	€ 112,00
VOGUE ACCESSORY	4	€ 23,00	€ 38,00
VOGUE BAMBINI	6	€ 49,00	€ 70,00
VOGUE SPOSA	4	€ 32,00	€ 49,00
VANITY FAIR	49	€ 175,00	€ 241,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

Our Magazines are distributed abroad by: Speedimpex (USA, Australia); sole agent for distribution in the rest of the world: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl - Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy - Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 e-mail: info@aie-mag.com

ANIMA MARINARA

LE COZZE IN CUCINA
Con la pasta e con il riso, gratinate, fritte, persino ripiene... Idee e ricette per esaltare le protagoniste della tavola mediterranea

NON PERDETE IL NUMERO DI

agosto

CONTRO LA CALURA
Spritz analcolico al rosmarino e altre delizie sotto zero

CON LEGGEREZZA
Cuscus, macedonie di verdure e frutta per pranzare in poche mosse

CARNI D'ESTATE
Facili, alla griglia o crude. Comode, da fare il giorno prima e da servire fredde